

Univerzita Karlova

Pedagogická fakulta

Katedra psychologie

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Seberegulace a copingové strategie u zkušených hráčů online FPS týmových
videoher

Self-regulation and coping strategies in experienced players of online FPS
team video games

Adam Polanský

Vedoucí práce: Mgr. Ondřej Hrabec, Ph.D.

Studijní program: Psychologie s rozšířením o speciální pedagogiku

Odevzdáním této bakalářské práce na téma Seberegulace a copingové strategie u zkušených hráčů online FPS týmových videoher potvrzuji, že jsem ji vypracoval pod vedením vedoucího práce samostatně za použití v práci uvedených pramenů a literatury. Prohlašuji, že jsem při její tvorbě nepoužil nástrojů umělé inteligence jiným způsobem, než je uvedeno ve vyjádření, které je součástí textu práce. Dále potvrzuji, že tato práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu.

Praha 2025

Poděkování patří především mému vedoucímu práce Mgr. Ondřeji Hrabcovi, Ph.D. za jeho ochotu, čas a odbornou pomoc. Dále děkuji všem informantům, kteří se zúčastnili mého výzkumu.

ABSTRAKT

Cílem této bakalářské práce je zjistit, jakou mají zkušenosti hráči online FPS týmových videoher schopnost seberegulace a jaké copingové strategie využívají. V teoretické části jsou vymezeny podstatné informace a relevantní výzkumy týkající se videoher, e-sportu, motivace, seberegulace a copingu. Empirická část byla provedena pomocí kvalitativního výzkumu s využitím tematické analýzy. Výzkumný soubor tvořili čtyři informanti, se kterými byl realizován polostrukturovaný rozhovor. Výsledky výzkumu poukazují na to, že schopnost seberegulace je důležitá při zvládání náročných situací a volbě copingových strategií, přičemž hráči s vyšší úrovní schopnosti seberegulace častěji využívají adaptivní copingové strategie. Sociální podpora od blízkých spoluhráčů je rovněž důležitým podpůrným faktorem ve zvládání náročných situací. Výsledky výzkumu také identifikovaly hlavní motivační faktory pro hraní těchto her, mezi které patří e-sport, vyhrávání a zábava.

KLÍČOVÁ SLOVA

seberegulace, copingové strategie, gaming, střílečky z první osoby

ABSTRACT

The aim of this bachelor thesis is to investigate the self-regulation ability of experienced players of online FPS team video games and the coping strategies they use. The theoretical section outlines essential information and relevant research on video games, e-sports, motivation, self-regulation and coping. The empirical part was conducted through qualitative research using thematic analysis. The research population consisted of four informants, with whom a semi-structured interview was conducted. The results of the research indicate that the ability to self-regulate is important in coping with challenging situations and choosing coping strategies, players with higher levels of self-regulation ability are more likely to use adaptive coping strategies. Social support from close teammates is as well an important supportive factor in coping with challenging situations. The results also identified the main motivating factors for playing these games, which include e-sports, winning and having fun.

KEYWORDS

self-regulation, coping strategies, video gaming, first-person shooters

Obsah

Úvod	7
Teoretická část	8
1 Videohry	8
1.1 Stručná historie videoher	8
1.2 Typologie videoher	9
1.2.1 Akční žánr	10
1.2.2 Střílečky	10
1.3 Online týmové kompetitivní FPS videohry	11
2 E-sport (elektronický sport)	13
3 Motivace ke hraní videoher	16
4 Seberegulace	18
4.1 Přístupy k měření seberegulace	19
5 Coping	22
5.1 Copingové strategie	23
5.2 Stresory a copingové strategie u hráčů	23
Empirická část	27
6 Výzkumný problém, cíl a otázky	27
7 Metody sběru dat	28
7.1 Sběr dat	30
7.2 Výzkumný soubor	30
8 Zpracování dat	33
9 Pozice výzkumníka a etika	35
10 Prezentace a interpretace dat	36
10.1 Prezentace dat	36

10.2	Interpretace dat	43
10.2.1	Seberegulace	43
10.2.2	Náročné situace.....	50
10.2.3	Copingové strategie	56
10.2.4	Motivace	63
10.2.5	Blízký spoluhráči	65
11	Diskuse	68
12	Limity výzkumu	71
13	Závěr.....	72
	Seznam příloh	78

Úvod

Videohry v současnosti zažívají rostoucí popularitu a významně ovlivňují životy mnoha lidí. Hraní se stalo běžnou aktivitou, a to zejména u mladší generace, která tvoří nejpočetnější skupinu hráčů. Videohry se tak staly běžnou součástí každodenního života mnohých z nás, což je pravděpodobně důsledkem rychlého technologického pokroku, rozvoje digitálních technologií a internetu v posledním čtvrtstoletí.

Tato práce se zaměřuje na zkoumání seberegulace a copingových strategií u zkušených hráčů online FPS (*first person shooter* – stříleček z první osoby) týmových videoher. Důvodem volby tohoto specifického žánru jsou nejen mé bohaté osobní zkušenosti s jeho hraním, ale také jeho narůstající popularita. Tento výběr považuji za relevantní i z hlediska vysoké míry soutěživosti, kooperace a komunikace, které jsou pro tyto hry typické, což může představovat ideální prostředí pro zkoumání této problematiky. Zároveň tato oblast není dostatečně prozkoumaná v současné odborné literatuře.

Toto téma je do určité míry interdisciplinární, protože spojuje oblasti psychologie, sportu, ale i digitálních her. Domnívám se, že právě psychologický pohled může pomoci přispět k odhalení skrývajících se psychologických aspektů. V teoretické části se zabývám těmito fenomény a uvádím k nim různé podstatné informace a relevantní výzkumy. V empirické části byl použit kvalitativní design. Konkrétně se jednalo o polostrukturované rozhovory s několika zkušenými hráči, kteří mají vysoké herní úrovně (in-game ranky) a velké znalosti a dovednosti (skill) v FPS hrách. Data z těchto rozhovorů byla následně analyzována a interpretována s cílem porozumět tomu, jakou mají tito hráči schopnost seberegulace a jaké copingové strategie užívají v reakci na rozmanité herní stresory.

Teoretická část

1 Videohry

Videohra je termín, který autoři popisují odlišně. První definici nabízí Esposito (2005, s. 2), jenž definuje videohru jako „Hru, kterou hrajeme díky audiovizuálnímu aparátu a která může být založena na příběhu“. Novější definici uvádějí autoři Suchá et al. (2018, s. 27): „Digitálními hrami jsou všechny elektronické hry, které je možné hrát prostřednictvím různých zobrazovacích zařízení, mezi něž patří počítač, mobilní telefon, tablet, herní konzole a další“. Termíny videohra a hra jsou v této práci používány jako synonyma.

Videoherní průmysl a samotné videohry se neustále vyvíjejí a každých několik let dochází k určitému technologickému pokroku. Howarth (2024) uvádí, že k roku 2024 je na světě přes 3,3 miliardy aktivních hráčů. Dále upozorňuje na to, že videoherní průmysl má hodnotu 282 miliard dolarů. Například v roce 2022 měl videoherní průmysl přibližně sedmkrát vyšší hodnotu než filmový a hudební průmysl (Arora, 2023). Tyto statistiky jsou významné, protože poukazují na celosvětovou oblibu videoher. Z toho důvodu lze předpokládat, že čísla budou v následujících letech dále růst.

1.1 Stručná historie videoher

První komerčně úspěšnou videohru, kterou vydala v roce 1972 společnost Atari, byl Pong. Jednalo se o jednoduchou arkádovou videohru pro dva hráče, která simulovala stolní tenis. Princip hry spočíval v odpalování míčku mezi dvěma hráči, kteří mezi sebou soupeřili (Dillon, 2011).

Jedna z možných typologií rozdělení období videoher pochází od dvojice autorů Carnagey a Anderson (2004). Tito autoři rozdělují historii videoher do tří období: První období (1977–1985), také nazývané jako „éra Atari“ se vyznačovalo velmi jednoduchým grafickým zobrazením a nízkou mírou násilí. Jeden ze zakladatelů společnosti Atari uvedl, že ve společnosti panovala dohoda, že jejich videohry nebudou obsahovat násilí zaměřené na lidi, nýbrž pouze na objekty. Druhé období (1985–1995), známé také jako „éra Nintendo“ se vyznačovalo tím, že tehdejší počítače a konzole byly podstatně výkonnější než výpočetní technika z prvního období. Tento pokrok dovoval tvůrcům do hry zakomponovat lepší grafické zobrazení, násilí bylo zobrazeno explicitněji, a dokonce umožnil vzniku prvních 3D

her. Jako jednu z prvních 3D her, která vyšla v roce 1992 zde uvádím hru Wolfenstein 3D, kterou lze považovat za předchůdce všech budoucích 3D stříleček z první osoby (FPS), jež jsou hlavním žánrem této práce. Hráč se v této hře ujímá role amerického špiona, jehož hlavním cílem je eliminace nacistických vojáků. Tato hra se stala milníkem díky své rychlé akci, plynulému pohybu, pohledu z první osoby, a především vytvoření klíčových herních mechanik, které později definovaly žánr FPS her. Videohra však byla zatím pouze pro jednoho hráče (singleplayer). Ve třetím období (1995–současnost) se videohry vyznačují ještě propracovanější grafikou a komplexnějšími herními mechanikami. Ve stejném období se začal rozvíjet trend hraní online videoher pro více hráčů (multiplayer) přes internet, což přineslo nejen nové herní zážitky, ale i řadu výzev. První multiplayerová FPS videohra je Quake (1996), která je považovaná za průkopníka kompetitivního online hraní v rámci FPS, ačkoliv obsahovala i kampaň pro jednoho hráče. Následovala hra Unreal Tournament (1999), která byla zaměřená výhradně na multiplayer. Mezi další zásadní tituly, které přispěly k formování FPS žánru, tak jak ho dnes známe, patří Rainbow Six (1998) a Counter Strike (1999) (Karthikeyan, 2022).

Od publikování článku od autorů Carnagey a Anderson (2004) uběhlo již více než 20 let. Z toho důvodu lze tvrdit, že videohry se posunuly ještě mnohem dále. Tento posun je patrný jak z hlediska rostoucí popularity, tak díky stále realističtějšímu grafickému zobrazení a celkovému technickému pokroku.

1.2 Typologie videoher

Typologie videoher může být rozdělena podle různých kritérií. Jedním z hlavních kritérií je rozdělení na hry pro jednoho hráče (singleplayer) a hry pro více hráčů (multiplayer), v nichž jsou hráči připojeni přes internet či domácí síť a mohou navzájem spolupracovat, nebo soutěžit. Dalším typem jsou online počítačové hry, které pro hraní vyžadují neustálé připojení k internetu (často se jedná o multiplayerové hry, existují však i výjimky), a offline hry, u nichž internetové připojení není nutné (Basler, 2016). Další možností, jak rozdělit videohry, je podle jejich cenové kategorie. Hry mohou být buď zdarma, nebo za jednorázový poplatek, nebo na bázi předplatného v pravidelných intervalech (tzv. subscription) (Suchá et al., 2018).

Při rozdělení videoher podle jednotlivých žánrů se mohou názory různých autorů značně lišit. Jako příklad uvádím studii Phan (2011, jak cituje Basler, 2016, s. 22). Autorka zde rozděluje videohry podle oblíbenosti jednotlivých žánrů, přičemž akční hry jsou v tomto výzkumu považovány za nejoblíbenější. Dále následují sestupně žánry: RPG hry (role-playing game), strategické hry, adventury, sportovní hry, simulátory, závodní hry, taneční/hudební hry, bojové hry, logické hry, vzdělávací hry (edukační software). Mnoho videoher však nelze vymezit pouze jedním žánrem, ale jedná se zpravidla o určitou kombinaci. Egenfeldt-Nielsen et al. (2024) je označují za tzv. smíšené nebo hybridní videohry (blended or hybrid games), protože spojují vícero žánrů do jednoho (například akční-adventury). Podle novější studie, která zkoumala herní preference u generace Z, jsou u mužů akční videohry nejoblíbenějším žánrem (Shliakhovchuk et al., 2021).

1.2.1 Akční žánr

Akční hry jsou založeny na rychlosti a kladou vysoké nároky na hráčovy reflexy a koordinační schopnosti, což zahrnuje nejen přesnou manipulaci s ovládáním, ale i zvládání různých herních mechanismů v rychlém sledu. Zároveň se jedná o intenzivní žánr, v němž často probíhají rozmanité souboje proti mnoha protivníkům, ale objevují se zde například i různé prostorové hádanky (tzv. puzzly), které prověřují jak rychlost reakcí, tak i logické myšlení hráče (Egenfeldt-Nielsen et al., 2024). Typickými zástupci jsou například hry Doom a Halo.

1.2.2 Střílečky

Střílečky jsou typem akčních videoher, jejichž hlavní náplní je porážení nepřátel, zpravidla pomocí střelných zbraní (ať už reálných, inspirovaných skutečnými zbraněmi, nebo zcela fiktivních) a občas i v plnění různých úkolů. V závislosti na konkrétní hře mohou hráči získávat rozmanité předměty, zbraně, schopnosti či dodatečné výhody, které jim usnadňují hru a zvyšují šanci na vítězství nad nepřáteli. (Suchá et al., 2018).

Střílečky lze rozdělit na dva podtypy. Prvním podtypem je FPS (first-person shooter) neboli střílečky z první osoby, kde hráč ovládá postavu z pohledu první osoby, přičemž vidí zpravidla pouze ruce a popřípadě nějakou zbraň, kterou je jeho postava vybavena. Typickými zástupci žánru FPS jsou Counter Strike 2 a Overwatch 2, které patří k nejpopulárnějším online FPS týmovým hrám. Druhým podtypem je TPS (third-person

shooter) neboli střílečky ze třetí osoby, rozdíl oproti FPS je pouze v tom, že hráč vidí celou postavu z perspektivy třetí osoby (zpravidla vidí celou svou postavu z pohledu za zády). Typickým zástupcem TPS her je Fortnite (Suchá et al., 2018).

1.3 Online týmové kompetitivní FPS videohry

V této kapitole se stručně zaměřím na dvě konkrétní FPS videohry, jimiž jsou Counter Strike 2 a Overwatch 2. Obě videohry jsem zvolil, protože patří k nejoblíbenějším online titulům ve svém žánru, rovněž s nimi mám osobní zkušenosti a jsou dostupné již poměrně dlouhou dobu a tudíž jsou etablované. Dalším důvodem je to, že oba herní tituly do jisté míry reprezentují i další videohry, které spadají do tohoto žánru (například Valorant, Tom Clancy's Rainbow Six: Siege, Call Of Duty, Battlefield atd.). Princip všech těchto videoher je podobný, ačkoli se mezi nimi vyskytují značné variace (například rozdílné cíle, jiná prostředí, odlišně fungující zbraně apod.).

Podle serveru Steam Charts (n.d.) hraje hru Counter Strike 2 za posledních 30 dní (k datu 22.10. 2024) v průměru přes 800 tisíc hráčů denně. Overwatch 2 má více než 20 milionů aktivních hráčů po celém světě (ActivePlayer.io, n.d.). Zároveň jsou oba tituly velmi sledované v e-sportu (tj. profesionální hraní). Podle serveru Esports Charts (n.d.) se od roku 2017 až do roku 2024 se hrálo v Counter Strike 2 o více než 150 milionů dolarů. Nejvyšší zaznamenaný počet diváků sledujících turnaj v jednom okamžiku přesáhl 2,7 milionu a uskutečnilo se přes 8 tisíc turnajů. Ve hře Overwatch 2 to bylo k uvedeným datům o něco méně, tj. 42 milionů dolarů, 437 tisíc diváků a 535 turnajů.

Counter Strike 2 je takticky zaměřená hra, která klade důraz na realistické zbraně a střelbu. Tempo hry je pomalejší. Naproti tomu Overwatch 2 je arkádová hra s mnohem rychlejším tempem, která je více zaměřena na rychlou dynamickou akci a postup. Obě hry kladou velký důraz na taktiku a týmovou kooperaci.

Obě videohry nabízí různé režimy, pro potřeby této práce se však zabývám pouze kompetitivním režimem, který má formálnější a přísnější pravidla. V tomto režimu je větší důraz na soutěžení a figuruje zde i zvýšená motivace k vyhrávání. Princip je obdobný profesionálnímu hraní (tj. e-sportu). Tento režim je pravděpodobně mezi zkušenými hráči

značně preferován. Z toho důvodu se domnívám, že může být ideálním kontextem pro zkoumání schopnosti seberegulace a užívání copingových strategií u těchto hráčů.

2 E-sport (elektronický sport)

E-sport lze zjednodušeně definovat jako typ soutěžního hraní videoher (Květon, 2020). Wagner (2006) jako jeden z prvních autorů definuje pojem elektronické sporty jako oblast organizovaných sportovních aktivit, kde se hráči zaměřují na rozvoj a trénink duševních nebo fyzických schopností prostřednictvím informačních a komunikačních technologií. Autoři Irwin et al. (2023) popisují, že se e-sport odehrává v dynamickém digitálním prostředí, kde se fanoušci setkávají, aby sledovali soutěže mezi svými oblíbenými profesionálními hráči a týmy. Podle Rogerse (2019) musí být soutěž řízena někým jiným než samotnými hráči a aspekt soutěživosti je posílen tím, že se hraje o odměnu. Ta nemusí mít nutně materiální charakter (ale zpravidla v profesionálních turnajích má), ale může se jednat například o sociální prestiž či uznání. V digitálním světě dle mých zkušeností, jen zřídka kdy dohlíží na organizovanost a řízení kompetitivních zápasů skutečný člověk. Většinou je vše organizováno skrze zabudované mechaniky samotné videohry.

Všechny výše uvedené definice (kromě první od Květona) zdůrazňují aspekt „profesionality“, tudíž naznačují, že se e-sport týká pouze profesionálních hráčů (esportovců). Ma et al. (2013) poukazují na rozdíly mezi hráči e-sportu (profesionálními hráči) a příležitostnými hráči (casual hráči). Zatímco hráči e-sportu se zaměřují především na soutěživost a vnímají hraní jako své povolání, příležitostní hráči hrají pro zábavu, odpočinek a osobní potěšení. Nicméně z mé osobní zkušenosti znám „příležitostné hráče“, kteří nehrají na profesionální úrovni, ale zápasům ve videohře přikládají poměrně velkou důležitost. Květon (2020) se domnívá, že professionalismus by neměl být hlavním aspektem při vymezení esportovce. V souladu s klasickým sportem je podle něj důležité ponechat prostor i pro amatérské esportovce, přičemž definice by měla být spíše založena na jeho identifikaci s referenční skupinou. Dále definuje esportovce jako osobu, která se pravidelně účastní organizovaných soutěží ve videohrách, soustředí se na zlepšení svých dovedností v konkrétních hrách a dosažení úspěchu ve hře je pro něho důležitým aspektem vlastního sebehodnocení. Adamus (2012) naopak považuje za profesionální hráče pouze takové jedince, kteří si hraním videoher vydělávají na své živobytí.

Vývoj kariéry esportovce zkoumal Seo (2016) pomocí své kvalitativní studie deseti hráčů. Autor považuje v této studii esportovce podobně jako Květon (2020) za hráče, pro

kteře soutěžní hraní videoher nepředstavuje hlavní zdroj příjmu nebo zaměstnání. Hráči uváděli, že hlavními důvody pro hraní videoher na profesionální úrovni jsou: zlepšování dovedností ve hře (skill), seberealizace, spravedlnost, rovnost, vzájemný respekt, férová hra (fair play), zábava a sebemotivace. Autor dále zjistil, že většina hráčů zmínila, že hraní e-sportu posílilo jejich sociální interakce s ostatními hráči. Seo (2016) shrnuje a popisuje tři hlavní faktory, proč se hráči mohou rozhodnout pro kariéru v elektronických sportech a získat tak sociální identitu profesionálního hráče:

- 1) vytváření pozitivních vztahů, které naplňují jejich potřebu socializace
- 2) zažívání seberealizace díky soutěžení v turnajích, dosahováním úspěchu a díky zpětné vazbě od svých kolegů
- 3) osobní uspokojení z této činnosti

Seo (2016) dále identifikoval tři obecné etapy ve vývoji e-sportovní kariéry, které ovlivnily sebeidentifikaci účastníků jeho výzkumu. Tyto etapy autor mapuje na schématu monomýtu cesty hrdiny, který slouží jako metafora pro porozumění vývoje profesní dráhy a s ní spojené sociální identity. Cestu hráče k profesionální dráze v e-sportu lze rozdělit do tří etap: „volání k dobrodružství“, „cesta zkoušek“ a „mistr obou světů“

- 1) volání k dobrodružství – Hráč začíná hrát pro vlastní zábavu, dokud se nesetká s kompetitivním hraním, které změní jeho pohled a vnímání hry. Zpočátku se jedná o příležitostnou aktivitu, ale postupně si hráč začne vytvářet představy o e-sportu a budovat interpersonální vztahy v rámci komunity. Tím se jeho zájem postupně přesouvá od čistě rekreačního hraní k seriózní volnočasové aktivitě.
- 2) cesta zkoušek – Hráč si osvojuje různé specializované herní dovednosti a znalosti (získává větší skill), které ho odlišují od příležitostných hráčů. Očekávaná je především hráčova vytrvalost. Zároveň se hráč na konci této etapy integruje do sociálního světa e-sportu.
- 3) mistr obou světů – Hráč disponuje dostatečnými herními znalostmi a dovednostmi a je schopen se zapojit do různých, například profesionálních soutěží, což mu umožní vytvořit si sociální identitu profesionálního hráče a začlenit ji do svého sebepojetí a identity. V této etapě může mentorovat či trénovat jiné hráče.

Kim a Thomas (2015) ve své studii podobně jako Seo (2016) zkoumali kariéru profesionálních hráčů. Autoři konkrétně vytvořili tzv. Stage Theory Model, který umožňuje analyzovat, jak se v průběhu času mění jejich cíle, motivace, herní styl a interpersonální vztahy s esportovou komunitou. Tento model zahrnuje pět fází, kterými jsou: radost ze hry (*enjoying*), intenzivní úsilí (*struggling*), dosahování úspěchů (*achieving*), propad (*slumping*) a zotavení (*recovering*). Během první fáze hráče ještě nelze považovat za profesionála, jeho herní skill je však vyšší než u běžných hráčů. Hlavním motivačním faktorem je zábava. Ve druhé fázi se hráč stává profesionálem a do popředí se dostává aspekt soutěživosti a zároveň se do určité míry vytrácí zábava a vnitřní motivace. Hráč musí jednak aktivně trénovat, aby předčil ostatní profesionální hráče a jednak se musí podřídít hierarchickému uspořádání příslušného týmu a e-sportové komunity. Ve třetí fázi již má hráč za sebou různé úspěchy a ocenění. Tato fáze přináší hráčovi opět radost a zábavu ze hry. Nicméně žádný úspěch netrvá navěky a hráč zpravidla postupem času zažije sérii fiasek a dostane se tak do čtvrté fáze. Právě v této fázi začne hráč ztrácet svou sebedůvěru a jeho výkon začíná upadat, což je opět provázeno snahou znovu dosáhnout úspěchu a uznání. Dokonce může dojít až k ukončení kariéry profesionálního hráče. V poslední fázi zotavení může hráč přejít opět do některých z předešlých stádií. Kim a Thomas (2015) uvádějí, že první a třetí fázi charakterizuje vnitřní (intrinsic) motivace, zatímco ostatní fáze spíše vystihuje vnější (extrinsic) motivace.

3 Motivace ke hraní videoher

Yee (2006) je jedním z prvních autorů, který zkoumal motivaci u hráčů online her, vycházel přitom z modelu Bartlea (1996). Pomocí faktorové analýzy ve svém modelu motivace ke hraní uvádí tři hlavní motivační faktory, přičemž každý obsahuje tři subkomponenty:

1. úspěch (achievement) obsahuje subkomponenty pokroku (touha po moci, statusu, rychlém postupu apod.), mechaniky (analýza herních mechanik s cílem nalezení optimální strategie) a soutěživosti (touha po soupeření a porovnávání se s ostatními hráči)
2. sociální faktor zahrnuje subkomponenty socializace (zájem o kontakt s druhými hráči), vztahů (zájem o vytvoření dlouhodobých vztahů s ostatními hráči) a týmové spolupráce (uspokojení vycházející z týmového úsilí)
3. ponoření se do hry (immersion) obsahuje subkomponenty objevování (znalost hry, kterou nedisponuje většina ostatních hráčů), hraní rolí (vytvoření jiné herní identity, či persony a zároveň interakce s ostatními hráči skrze tuto personu), přizpůsobení (úprava vzhledu své herní postavy)

Kutner a Olson (2008, jak cituje Květon, 2020) pomocí faktorové analýzy vytvořili čtyři obecnější kategorie motivů ke hraní videoher:

- první kategorií je vzrušení a zábava, která se vyznačuje soutěživostí, překonáváním výzev a učení se novým věcem
- druhou kategorií je sociabilita, jejíž hlavní motivy jsou socializace, hledání nových přátel, oblíbenost ve skupině apod.
- třetí kategorií jsou emoce, hry zde slouží jako únik před problémy ze skutečného života
- čtvrtou kategorií je nuda, kdy hráčům chybí alternativní způsob trávení volného času

Autoři Demetrovics et al. (2011) provedli výzkum na téma motivace ke hraní videoher. Prostřednictvím faktorové analýzy identifikovali 7 motivačních kategorií:

- kategorie sociální – vyznačuje se například položkami: „*Hraní her mi přináší společnost*“, „*Můžu poznávat nové lidi*“

- kategorie únik – vyznačuje se například položkami: „*Pomáhá mi zapomínat na reálný život*“, „*Pomáhá mi unikat z reality*“
- kategorie soutěživost – vyznačuje se například položkami: „*Rád vyhrávám*“, „*Mám radost, když porážím druhé*“
- kategorie zvládání – vyznačuje se například položkami: „*Pomáhá mi při odstranění stresu*“, „*Pomáhá mi se dostat do lepší nálady*“
- kategorie zlepšování schopností – vyznačuje se například položkami: „*Pomáhá mi zostřovat smysly*“, „*Zlepšuji své dovednosti*“
- kategorie fantazie – vyznačuje se například položkami: „*Mohu dělat věci, které nelze dělat nebo je dělat nemohu ve skutečném životě*“, „*Být někým jiným po určitou dobu*“
- kategorie oddych – vyznačuje se například položkami: „*Kvůli odpočinku*“, „*Kvůli zábavě*“

Ve třech zmíněných studiích (Demetrovics et al., 2011; Kutner a Olson, 2008, jak cituje Květon, 2020; Yee, 2006) lze pozorovat značnou podobnost motivačních faktorů, které se v některých případech i prolínají.

Na žánr online FPS her se zaměřila studie od Jansze a Tanise (2007). Autoři rozdělili respondenty na tři skupiny (příležitostní, amatérští a semiprofesionální hráči) a identifikovali sedm motivačních faktorů: soutěživost, zájem, zábava, fantazie, sociální interakce, vzrušení a výzva. Z analýzy dat vyplynulo, že semiprofesionální hráči dosahovali signifikantně vyšších hodnot ve faktorech soutěživosti, výzvy a zábavy, zatímco faktor vzrušení byl u nich méně výrazný v porovnání s ostatními dvěma skupinami.

4 Seberegulace

Seberegulace je zastřešující pojem, který lze v odborné literatuře nalézt pod různými termíny, jako je například sebeřízení, sebekontrola, sebeovládání či dokonce síla ega a mnohá další (Duckworth & Kern, 2011).

Gestsdottir a Lerner (2008) rozlišují dva typy seberegulace: organismickou a vědomou (záměrnou). Organismická seberegulace se týká autonomních biologických procesů, které probíhají v těle. Naopak vědomá seberegulace je úmyslná a zaměřena na osobní cíl. Zpravidla si člověk tento druh seberegulace uvědomuje, mohou však nastat i situace, kdy provede nějaké chování související se seberegulací zcela automaticky a uvědomí si ho až s odstupem času. V této práci se zabývám pouze vědomou seberegulací.

Seberegulaci (sebeřízení) lze podle Hartla (2004, s. 237) definovat jako „sledování vlastního chování, a používání technik, které je usměrňují; jeho základem je sebereflexe“. Lukavská (2016) hovoří o seberegulaci jako o schopnosti ovládnutí vlastního chování namísto podléhání vlivům okolí. Komplexnější definici nabízí například Matsumoto (2009, s. 481): „Seberegulace je proces vykonávání kontroly nad vlastním tělem a myslí prostřednictvím vlastního monitorování aspektů, které jsou předmětem zájmu, a následné jednání tak, aby bylo dosaženo požadovaných výsledků“.

Burman et al. (2015) poukazují na nejednoznačnost tohoto pojmu. Podle autorů existuje mnoho definic seberegulace, přičemž každá z nich má různé diskurzivní významy. Zároveň je tento pojem často definován příbuzným pojmem, jako je například pojem sebekontrola. Vohs a Baumeister (2004) tyto dva pojmy považují za synonyma, ale upozorňují na to, že někteří autoři považují seberegulaci za širší pojem, který souvisí s chováním zaměřeným na cíl. Naopak sebekontrolu pokládají za užší pojem, který souvisí s vědomou kontrolou impulzů. Tito autoři dále tvrdí, že regulaci můžeme chápat jako kontrolu, která má pravidelný charakter. Seberegulace je tedy dlouhodobé vykonávání sebekontroly s ohledem na preferované normy jednotlivce. Nicméně je nutné podotknout, že seberegulace může být úspěšná pouze tehdy, když jedinec úspěšně monitoruje svoje chování ve vztahu ke stanovenému cíli a zároveň provádí určité změny ve svém chování. Je však důležité poznamenat, že seberegulace není pouze o regulaci chování, ale týká se i například regulace vlastních emocí, myšlenek, impulzů apod.

Z výše uvedených informací vyplývá, že pojem seberegulace se potýká nejen se zmíněnou nejednoznačností, ale především s problémy jeho operacionalizací. Tato skutečnost může souviset i s neporovnatelností výsledků některých studií. (Burman et al., 2015; Duckworth & Kern, 2011). Z hlediska empirické části bylo proto rozhodnuto definovat pojem seberegulace jako dlouhodobou schopnost, která souvisí s tím, jak jedinec kontroluje a řídí své chování, emoce a myšlenky za účelem dosažení subjektivně stanoveného cíle.

4.1 Přístupy k měření seberegulace

Duckworth a Kern (2011) ve svém metaanalytickém přehledu uvádí čtyři hlavní přístupy k měření seberegulace, a to: přístup zaměřený na exekutivní funkce, přístup zaměřený na odložení uspokojení, přístupy využívající dotazníky sebehodnocení a zprostředkovaného hodnocení pomocí proxy informanta.

Seberegulace dle přístupu zaměřeného na exekutivní funkce souvisí s cílově orientovaným vyšším kognitivním zpracováním, které kontroluje nižší kognitivní procesy. Jedná se o různé behaviorální úlohy, ve kterých jedinec musí udržet svou pozornost a kontrolu nad cílovým podnětem. Typickým zástupcem těchto úloh je tzv. go/no-go task (GNGT), ve kterých má člověk za úkol reagovat pouze na určitý podnět a zároveň se vyhnout reakci na jiné podobné podněty (Eigsti et al., 2006). Brevers et al. (2020) se ve svém systematickém přehledu odborné literatury zabývali seberegulací esportových hráčů v porovnání s maladaptivními hráči (kteří splňují kritéria pro diagnózu Gaming Disorder) z pohledu přístupu zaměřeného na exekutivní funkce. Výsledky metaanalýz naznačují, že maladaptivní hráči vykazují nižší schopnost inhibiční kontroly (měřenou například pomocí GNGT) oproti esportovým hráčům. Studie od Deleuze et al. (2017) zkoumala rozdíly mezi hráči žánru FPS a jiných žánrů v seberegulaci. Znovu se jednalo o přístup zaměřený na exekutivní funkce. Výsledky poukazují na to, že hráči FPS her mají nižší inhibiční schopnosti, ale naopak vykazují rychlejší reakce než hráči jiných žánrů. Impulzivnost hráčů FPS her, tedy jejich horší inhibiční schopnosti, mohou dle autorů hráčům FPS her pomáhat právě s výkonem v těchto hrách, protože se vyznačují vysokou rychlostí a vyžadují rychlé reakce. Naopak v reálném životě může mít impulzivita negativní dopady. Brevers et al. (2020) uvádějí, že snížená inhibice u FPS hráčů může být důsledkem pouhého přizpůsobení

se stylu těchto her. Předpokládají také, že snížená inhibice se u těchto hráčů projevuje výhradně při hraní FPS her.

Přístup zaměřený na odložení uspokojení zkoumá schopnost oddálit bezprostřední uspokojení ve prospěch dlouhodobého cíle. Z historického hlediska tento přístup nejvíce zpopularizoval psycholog Walter Mischel, který se ve svých výzkumech zaměřoval především na děti. Tázel se jich na různá reálná či hypotetická dilemata. Děti se měly rozhodnout buď pro okamžitou nebo oddálenou odměnu. Výsledky mimo jiné ukázaly, že děti schopné odložit své bezprostřední uspokojení vykazovaly lepší schopnost zvládání stresu a frustrace (Mischel et al., 1989).

Poslední dva přístupy využívají dotazníky, které měří seberegulaci pomocí různých posuzovacích škál. Jednou z možností je sebehodnocení, druhou pak hodnocení pomocí proxy informanta. Duckworth a Kern (2011) v odborné literatuře identifikovali přes 100 takovýchto dotazníků. Uvádí například The Self-Control Scale od autorů Tangney et al. nebo Eysenkovu škálu impulzivnosti I7. Trotter et al. (2023) zkoumali seberegulaci u hráčů hry Counter Strike. Jejich výzkumný soubor ($n = 53$) se skládal ze studentů, kteří se chtěli stát profesionály, a ze skutečných profesionálních hráčů. Autoři měřili a porovnávali tři proměnné: 1) seberegulaci (měřenou pomocí dotazníku Self-Regulation Questionnaire (SRQ) od Browna et al.), 2) hodnocení stresových situací (měřené pomocí dvou otázek), 3) herní výkon ve hře Counter Strike (měřený s využitím časového testu a přesnosti střelby). Výsledky ukázaly na to, že hráči, kteří vykazovali vyšší schopnost seberegulace vnímali stresové situace více jako výzvy než hrozby a zároveň podávali lepší herní výkony. Autoři studie se domnívají, že hráči s lepší seberegulací disponují bohatšími vnitřními zdroji, díky čemuž lépe analyzují a vyhodnocují náročné situace a zároveň používají copingové strategie zaměřené na problém.

Z výše uvedených informací vyplývá, že se čtyři zmíněné přístupy k měření a operacionalizaci seberegulace výrazně liší. Každý z nich je vhodný pro odlišné situace a vždy záleží na definici seberegulace a na kontextu měření. Je také pravděpodobné, že některé z těchto přístupů jsou vzájemně nekompatibilní. Vzhledem k tématu této práce by se pro kvantitativní přístup nejspíše hodila dotazníková metoda, například úpravou již existujícího

dotazníku. Další přístupy ke zkoumání seberegulace, které mě napadají, jsou především kvalitativní metody, jimiž jsou pozorování a rozhovor.

5 Coping

Coping neboli česky zvládání představuje kognitivní, behaviorální a emoční úsilí jednotlivce směřující ke zvládnutí nároků z vnějšího nebo vnitřního prostředí. Richard S. Lazarus byl z jedním hlavních autorů, který zpopularizoval tento pojem mezi odborníky a laiky (Mareš et al., 2024). Coping souvisí se seberegulací, přičemž někteří odborníci považují seberegulaci za širší pojem, který v sobě zahrnuje i coping (Paulík, 2017).

Přesněji se coping charakterizuje jako „proces zvládání obtížných situací, který zahrnuje rozvoj strategií, jak se vypořádat s vnitřním i vnějším stresem a jak vynaložit úsilí co nejužitečným způsobem“ (Matsumoto, 2009, s. 134). Hartl (2004) naopak místo stresu uvádí pojem zátěž. V tomto ohledu existují různé vztahy mezi pojmy zátěž a stres. Mareš et al. (2024) uvádí čtyři hlavní přístupy. První z nich mezi pojmy nerozlišuje a považuje je za synonyma. Druhý přístup naopak považuje zátěž za obecnější pojem, zatímco stres za jeho specifickou podmnožinu. Třetí přístup hovoří o kontinuu, které má dva úseky, přičemž stres je považován za náročnější než zátěž. Poslední přístup taktéž pojednává o kontinuu ale se třemi úseky, které vymezují stres jako spektrum od přehlčení až po pocit nevyužití. V této práci se mezi pojmy nerozlišuje, a tudíž se shoduje s prvním uvedeným přístupem.

Hartl (2004) dále rozděluje coping na adaptivní a neadaptivní zvládání stresu. Adaptivní coping lze označit za úspěšné zvládnutí stresu, které má za důsledek jeho zmírnění. Jedná se například o přehodnocení situace, řešení problému konstruktivním způsobem, relaxaci, zaměření na příjemné činnosti apod. Neadaptivní coping je naopak neúspěšným zvládnutím stresu. Spadá sem například agrese, uzavření se do sebe a další.

Prystav (1981) rozlišuje mezi copingovými schopnostmi, zdroji, procesy a strategiemi. Copingové schopnosti považuje za osobnostní dispozice, které ovlivňují kognitivní, behaviorální a emoční zátěž. Copingové zdroje jsou aktuální charakteristiky jedince (psychosomatický stav) a prostředí (materiální podmínky apod.). Copingové procesy jsou psychofyzilogické děje, které se aktivují při interakci jedince a prostředí ve stresové situaci. Copingové strategie jsou poměrně stabilní kognitivní, behaviorální a emoční vzorce, které jedinec využívá na to, aby zvládl různorodé zátěžové situace. Na copingové strategie se v následující části zaměřím více.

5.1 Copingové strategie

Ještě před samotnou klasifikací copingových strategií je vhodné rozlišit copingové styly a strategie. Copingové styly jsou obecnější než strategie, protože více souvisí s relativně stabilními osobnostními rysy. Copingové strategie jsou naopak specifitější a podmíněné učením. Copingové strategie jsou jednak závislé na copingových stylech, jednak na osvojených konkrétních strategiích a také na situačních faktorech (Paulík, 2017). Dále je potřeba zdůraznit, že copingové strategie jsou neutrální kategorií, tedy strategie mohou být jak efektivní, tak i neefektivní (Mareš et al., 2024).

Konkrétních copingových strategií existuje celá řada a autoři je dělí podle různých kritérií. Nejznámější klasifikace pochází od autorů Lazaruse a Folkmanové. Ti popisují dva druhy strategií copingu: 1) coping zaměřený na problém (problem-focused coping) a 2) coping zaměřený na emoce (emotion-focused coping). Coping zaměřený na problém převažuje v situacích kdy člověk usoudí, že se zátěžovou situací může něco udělat, tedy zaměřuje se na zvládnutí zdroje problému. K tomuto druhu copingu patří například strategie konfrontace se zátěží, hledání sociální opory či plánování, jak řešit zátěž. Coping zaměřený na emoce naopak převládá v situacích kdy člověk usoudí, že se zdrojem problému nic neudělá. Jedinec se snaží regulovat svoje emoce. Patří sem například strategie humoru, vyhnutí se či úniku zátěží, odstupu, hledání sociální opory z hlediska emoční podpory. Carver a Weintraub rozšířili tuto klasifikaci o další druh zvládání, kterým je tzv. dysfunkční coping. Tento druh copingu se vyznačuje proječováním negativních emocí, neschopností kontroly vlastních emocí a chování, užíváním drog a popřením zátěže (Baqtayan, 2015).

5.2 Stresory a copingové strategie u hráčů

Pro pochopení kontextu copingových strategií je nejprve nutné zmapovat stresory, s nimiž se hráči setkávají. Kou a Gui (2020) identifikovali čtyři hlavní stresory:

- 1) emoční prožitek herního neúspěchu
 - negativní emoce souvisí například s prohrou či vlastním neúspěchem
- 2) spoluhráči a tým
 - chování a výkon spoluhráčů v průběhu zápasů
- 3) design hry

- nutnost adaptace na herní aktualizace a s nimiž související změny
- 4) sociální identita
- míra identifikace s herní komunitou či specifickou skupinou hráčů

Smith et al. (2019) provedli rozhovory se sedmi zkušenými hráči hry Counter Strike a na základě analýzy dat identifikovali interní a externí stresory. Smith et al. (2019, s. 27) je popisují následovně:

1) Interní stresory

a. týmové problémy

- problémy s komunikací (například spoluhráči nedodržují strategie)
- komunikace a kritika od herního vůdce (například agresivita herního vůdce)
- nedostatek důvěry ve své spoluhráče (například obava z emoční nestability)
- důsledky proher (například spoluhráči dělají chyby)
- vzájemná kritika (například poukazování na chyby)
- absence společných cílů (například spoluhráči dostatečně netrénují)

b. individuální problémy

- vyrovnaný život (například balanc mezi povinnostmi a hrou)
- potíže se zvládáním životního stylu (například neadekvátní spánkové návyky)

2) Externí stresory

a. kontrola a kritika

- oponování (například provokace od protihráčů)
- sociální média (například kritika na sociálních sítích)

b. turnajové problémy

- publikum (například reakce od publika)
- komunikace s médii (například nechť poskytovat rozhovory)
- logistika (například problémy s cestováním)

Studie od Pouluse et al. (2020) uvádí jako další stresory: antisociální chování a potíže s technikou. Zajímavé rozšíření dosavadních poznatků představuje studie autorů Poulus et

al. (2022c). Této studii se zúčastnilo 270 hráčů. Autoři je rozdělili podle percentilového umístění v herních žebříčcích, přičemž přibližně 14% z nich byli profesionálové (umístění v 99. percentilu). Autoři kromě pěti hlavních kategorií stresorů odhalili, že množství a kategorie stresorů byly ovlivněny herní úrovní jednotlivých hráčů. Zatímco profesionální hráči se více zaměřovali na stresory související s herním výkonem, neprofesionální hráči v rozmezí 60. až 99. percentilu naopak nejčastěji zmiňovali stresory spojené s chováním spoluhráčů.

Nyní se zaměříme na samotné copingové strategie. Poulus et al. (2020) ve své studii, které se zúčastnilo 316 esportových hráčů rozdělených podle jejich herních úrovní, porovnávali osobnostní rys odolnosti (MT – mental toughness) s používanými copingovými strategiemi a vnímanými stresory. Výsledky mimo jiné poukazují na to, že hráči s vyšší odolností častěji užívají copingové strategie zaměřené na problém a na emoce, a naopak méně inklinují k únikovým copingovým strategiím. Zároveň hráči s vyšší odolností obvykle dosahují vyšších herních úrovní. Dalším důležitým zjištěním je, že hráči s vyšší úrovní odolnosti jsou schopni lépe kontrolovat vnímané stresory. Autoři se dále domnívají, že schopnost akceptace různorodých herních faktorů, které hráč nemůže ovlivnit, pravděpodobně souvisí s lepšími herními výkony.

Smith et al. (2019) z rozhovorů dále identifikovali pět copingových strategií, které hráči využívají:

- 1) coping zaměřený na emoce
 - strategie, které se zaměřují pouze na emoce, ale nesnaží se změnit samotný stresor
 - například relaxace, ventilace emocí
- 2) coping zaměřený na problém
 - strategie, které se zaměřují na zdroj stresoru
 - například hledání řešení problému, diskuse o problému
- 3) vyhýbání se
 - strategie, které se zaměřují na vyhnutí se stresoru
 - například nediskutování o herních chybách, opuštění týmu
- 4) přístup

- strategie, které jsou organizovanější a dlouhodobější a zaměřují se na zvládnutí stresoru
- například využití boot campu, delegování rolí v týmu

5) hodnocení

- strategie, které zahrnují přehodnocení situace
- například přehodnocení kritiky pozitivním způsobem, přehodnocení proher

Hong a Connolly (2022) prováděli polostrukturované rozhovory s 33 hráči a pomocí tematické analýzy identifikovali tři hlavní copingové strategie: 1) rovnováha v životě (balanc mezi osobním a herním životem); 2) sociální podpora (podpora od rodiny, kamarádů, koučů atp.); 3) spánkové návyky (hráč je díky nim odolnější vůči tréninkové a soutěžní zátěži). Autoři zařazují rovnováhu v životě a spánkové návyky mezi copingové strategie zaměřené na problém a sociální podporu mezi copingové strategie zaměřené na emoce.

Z výše zmíněných studií lze usoudit, že hráči se setkávají s pestrou škálou stresorů a zároveň používají různorodé copingové strategie.

Empirická část

6 Výzkumný problém, cíl a otázky

Výzkumný problém:

Kompetitivní týmové online FPS videohry se vyznačují na vysokých úrovních (tzv. in-game ranky) poměrně vysokým stupněm náročnosti a napětím. Z tohoto důvodu mohou být zkušení hráči vystaveni stresu a emoční zátěži. V současné odborné literatuře není k dispozici dostatek informací o schopnosti seberegulace a používání copingových strategií u těchto hráčů.

Výzkumný cíl:

Cílem této bakalářské práce je identifikovat a popsat schopnost seberegulace a používání copingových strategií u zkušených hráčů při hraní online FPS týmových videoher.

Pro dosažení tohoto cíle byla položena jedna centrální výzkumná otázka, která pokrývá široké spektrum zkoumané problematiky. Dále byly formulovány dvě doplňující otázky, které se zaměřují na specifické oblasti související s výzkumným cílem.

Výzkumné otázky:

Centrální výzkumná otázka:

1. Jakou mají zkušení hráči schopnost seberegulace a jaké copingové strategie používají v těchto hrách?

Doplňující otázky:

1. Jaké faktory ovlivňují seberegulaci a copingové strategie?
2. Jaká je motivace zkušených hráčů k hraní těchto her?

7 Metody sběru dat

Ke zpracování bakalářské práce byl zvolen kvalitativní přístup. Pro analýzu a interpretaci dat byla použita tematická analýza od autorek Braunové a Clarkeové (2006), která umožňuje identifikovat důležitá témata a vztahy mezi nimi. Skládá se z 6 na sebe navazujících kroků:

1. příprava dat
2. kódování
3. vyhledávání témat
4. revize témat
5. definování a pojmenování témat
6. vypracování zprávy

Vzhledem k tomu, že se jedná o kvalitativní metodu, tak jednotlivé kroky mohou probíhat iterativně a simultánně.

Výzkumný soubor tvořili hráči online FPS týmových kompetitivních videoher. Byl použit kritériální typ vzorkování. Podmínky pro účast ve výzkumu byly:

- aktivní hraní těchto her
- dostatečně vysoká herní úroveň
- věk informanta od 18 do 30 let bez ohledu na pohlaví

Podmínky aktivního hraní a vysoké herní úrovně jsou úzce propojené. Předpokládám, že hráči, kteří aktivně hrají tyto hry a zároveň mají dostatečně vysokou herní úroveň, mohou mít rozvinutější schopnost metakognice, tj. z hlediska stanovených výzkumných otázek dokážou lépe reflektovat své zkušenosti. Rovněž jsem předpokládal, že tito hráči budou vykazovat lepší schopnost seberegulace a adaptivnější copingové strategie než hráči s nižší herní úrovní. Informanti mladší než 18 let nebyli do výzkumu zařazeni především kvůli nutnosti získání informovaného souhlasu od zákonných zástupců. Věk nad 30 let nebyl zvolen, protože těchto hráčů je dle mého pozorování výrazně méně, nehrají tak často a mohou mít odlišné herní návyky. Dalším důvodem je, že při analýze bylo snazší a efektivnější porovnávat hráče v podobném věku, než kdyby existoval příliš velký věkový rozdíl. Podmínka dostatečně vysoké herní úrovně je do jisté míry subjektivní, nicméně na

základě mých zkušeností a dostupných herních statistik byli vybráni pouze ti hráči, kteří se pohybovali přibližně v 90. percentilu a výše z hlediska herní úrovně.

Jako metoda sběru dat byl zvolen polostrukturovaný rozhovor, který se pro daný výzkumný cíl jevil jako nejvhodnější z několika důvodů. Hlavním z nich je flexibilita, která umožňuje přizpůsobení témat a otázek jednotlivým informantům. Otázky do jádra rozhovoru byly vytvořeny na základě mé vlastní zkušenosti. Výsledkem byl polostrukturovaný rozhovor rozdělený do šesti hlavních částí. První část tvořily úvodní otázky, které sloužily k prolomení ledů a zjištění základních demografických a herních informací. Druhá část se věnovala tématu náročných situací, kde jsem se tázal informantů, co ve hře považují za zátěžové či stresové. Třetí část se týkala copingových strategií. Zjišťoval jsem, jak informanti reagují na náročné situace a jaké copingové strategie při hraní využívají. Čtvrtá část se zabývala schopností seberegulace, přičemž mé otázky byly orientovány tímto směrem. Pátá část se týkala motivace a poslední část tvořily modelové herní situace. Pořadí témat a otázek nebylo pevně stanoveno, u každého informanta se však vždy začalo úvodní částí a skončilo se modelovými situacemi.

U každého tématu je uveden příklad jedné otázky. Je však důležité vzít v potaz, že znění otázek se mohlo u jednotlivých informantů mírně lišit.

První část: *Jak dlouho hraješ online FPS kompetitivní hry?*

Druhá část: *Jaké situace ve hře považuješ za nejvíce zátěžové či stresové?*

Třetí část: *Co obvykle děláš na to, aby si ovládl svoje chování a emoce, když se ve hře dostaneš do stresové či zátěžové situace?*

Čtvrtá část: *Jakým způsobem se snažíš dlouhodobě udržet své chování a emoce pod kontrolou při hraní kompetitivních her?*

Pátá část: *Jaký je tvůj hlavní cíl při hraní kompetitivních zápasů?*

Šestá část: *Představ si, že hraješ zápas a první kolo se s týmem dohodnete, že všichni půjdete na specifickou část mapy, ale jeden spoluhráč vaše rozhodnutí nerespektuje a jde jinam. Jak by si na takovou situaci reagoval a co bys prožíval?*

7.1 Sběr dat

Kontaktoval jsem různé skupiny českých a slovenských hráčů prostřednictvím aplikací Steam a Discord. Jednoduše řečeno se jedná o komunikační platformy či sociální sítě, které primárně slouží ke hraní her a vzájemné komunikaci. Při výběru jsem se zaměřil jak na české, tak i na slovenské potenciální informanty, protože zde není jazyková bariéra. Po připojení se do dané skupiny či na server byla všem uživatelům zaslána zpráva. Ta výstižně popisovala účel mého výzkumu a kritéria pro výběr. Jednalo se o metodu samovýběru, kdy mi následně potenciální informanti dobrovolně napsali do soukromých zpráv, kde jim byly vysvětleny další podstatné informace, včetně toho, že rozhovor bude nahráván, anonymizován a po přepisu do textové podoby smazán. Někteří spolupráci ukončili již v této fázi. Celkově se mi ozvalo osm jedinců, dva z nich však s nahráváním nesouhlasili a další dva rozhovor těsně před termínem zrušili s odůvodněním, že si to rozmysleli. Úspěšně jsem tak realizoval rozhovory se čtyřmi informanty.

Všechny čtyři rozhovory proběhly telefonicky prostřednictvím již zmíněné aplikace Discord v období od listopadu 2024 až ledna 2025. Online rozhovory se pro tento výzkum ukázaly jako výhodné z několika důvodů. Jedná se především o časovou a ekonomickou úsporu a informanti měli větší pocit anonymity. Za hlavní výhodu však považuji autentičnost daného kontextu a prostředí, ve kterém rozhovory probíhaly. Hráči jsou totiž zvyklí trávit většinu svého volného času v online prostředí. Délka jednoho rozhovoru se pohybovala okolo 40 minut, přičemž nejkratší trval přibližně 25 minut a nejdelší 60 minut. Každý rozhovor byl nahráván pomocí počítačového softwaru. Před každým rozhovorem mi informanti udělili ústní informovaný souhlas. Veškeré informace v rozhovoru byly anonymizovány. Já sám jsem neměl k dispozici žádné osobní údaje o informantech, pouze jejich herní přezdívky.

Následně byl každý rozhovor doslovně přepsán do programu Microsoft Word, kde byla využita i jeho funkce přidání komentáře pro reflektivní a interpretativní poznámky a kódování.

7.2 Výzkumný soubor

V této části je stručně popsán každý informant. Je však důležité vzít v potaz, že byly vybrány pouze nejdůležitější informace. V jednotlivých rozhovorech zaznělo mnohem více

informací, kterými se zabývám v samostatné kapitole prezentace a interpretace dat. Tato kapitola je tedy do jisté míry redukcionistická a slouží především jako abstrakt a k vytvoření základní představy o každém informantovi.

Všichni čtyři informanti jsou muži ve věku 21-29 let, kteří aktivně hrají FPS videohry a mají v nich vysoké úrovně. Považují se za dobré hráče a svůj herní skill hodnotí sedmi až osmi body z deseti (1 – začátečník; 10 – profesionál). Každý z nich aktivně hraje buď Counter Strike 2, nebo Overwatch 2, ve kterých strávili nejvíce času. Informanti hrají i jiné online FPS kompetitivní hry, ale v menší míře. Všichni začali hrát tento typ her v mladším školním věku.

Informant č.1

Informant č.1, 28letý slovenský hráč s vysokoškolským vzděláním, který má nahráno více než deset tisíc hodin. Nejvíce času strávil ve hrách Counter Strike 2 a Team Fortress 2. Považuje se za klidného hráče, který příliš neprojevuje emoce, ale někdy je v sobě potlačuje. Ve hře mu nejvíce vadí toxické chování, podvádění (cheatování) a úmyslné sabotování (griefing). Reaguje na to obvykle nadáváním si pro sebe a nadáváním ostatním hráčům. Dále využívá herní mechanismy jako je nahlášení (report) a vyhození (kick). Pravidelně hraje se dvěma kamarády, se kterými si ve hře vzájemně poskytují emoční podporu a pochopení. Jeho hlavní motivací je zábava, vyhrávání a vztahy, které se podle něj společným hraním upevňují. Příležitostně sleduje profesionální zápasy. Za svůj hlavní herní vzor označil bývalého profesionálního slovenského hráče Guardianana.

Informant č.2

Informant č.2, 21letý český hráč, který studuje v prvním ročníku na vysoké škole a má nahráno více než čtyři tisíce hodin. Nejvíce času strávil ve hrách Counter Strike 2 a Overwatch 2. Nepovažuje se za klidného hráče a tvrdí, že mu někdy vadí úplně všechno, nejvíce však vlastní neúspěch. S tím souvisí i prohrávání a ztráta herních úrovní. V takových situacích reaguje nadáváním a zesměšňováním ostatních hráčů, obvykle však jen pro sebe nebo to sdělí svému dobrému kamarádovi. Za důležitou vlastnost, která mu pomáhá zvládat náročné situace, považuje pokoru a schopnost ocenit ostatní hráče, sám ji však využívá zřídka. Hraje převážně sám nebo se svým dobrým kamarádem, který ho ve hře podporuje a

poskytuje mu pochopení. Jeho hlavní motivací je vyhrávání a týmovost, kterou spojuje s tím, že v dětství hrál několik kolektivních sportů. Jeho hlavním herním vzorem je bývalý profesionální hráč a streamer Shroud.

Informant č.3

Informant č.3, 29letý český hráč, který pracuje jako profesionální řidič a má nahráno více než šest tisíc hodin. Nejvíce času strávil ve hrách Counter Strike 2 a Team Fortress 2. Od začátku své herní kariéry se považuje za klidného hráče. Ve hře mu nejvíce vadí cheatování a griefing. Obvykle na to reaguje argumentací nebo se snaží daného hráče ze hry vyhodit. Někdy se také odpojí ze hry a začne dělat něco jiného. Hraje buď s kamarády, které spíše on uklidňuje, nebo sám. Hraní s kamarády považuje za zábavnější a náročné situace díky tomu bere s větším nadhledem. Jeho hlavní motivací je zábava a poté vyhrávání. Příležitostně sleduje profesionální zápasy, ale nemá oblíbeného hráče.

Informant č.4

Informant č.4, 23letý český hráč, který chodí na brigády a má nahráno více než devět tisíc hodin. Nejvíce času strávil ve hře Counter Strike 2. Považuje se za klidného hráče, který dokáže ovládat své emoce téměř za všech okolností. Tvrdí, že ve hře zakřičel pouze jednou v životě, což přisuzuje své vrozené povaze po otci. Ve hře mu nejvíce vadí prohrávání a podvádění, s nimiž souvisí i ztráta herního ranku. Na podvádějícího hráče (cheatera) reaguje nahlášením a tím, že přestane hrát. Hraje pouze s kamarády, se kterými si vytvořil vlastní tým. Jeho hlavní motivací je zábava. Dalším motivačním faktorem je vyhrávání. Sleduje většinu profesionálních zápasů a turnajů a uznává téměř všechny profesionální hráče.

8 Zpracování dat

Po doslovném přepisu rozhovorů do textové podoby jsem začal pečlivě pročítat první rozhovor. Při druhém čtení jsem přistoupil k vytváření prvních kódů a reflexivních a interpretativních poznámek. Nejprve byly kódovány větší celky (celé odstavce nebo několik vět). Poté jsem se při následném rekódování soustředil na menší celky (věty, slova apod.). V této fázi jsem se zaměřoval na každý řádek, přičemž pokud se vyskytovala alespoň vzdáleně relevantní informace z hlediska výzkumných otázek, tak byla příslušně okódována. Celý kódovací proces probíhal induktivně, tj. kódy nebyly předem stanoveny, ale byly vytvářeny v průběhu kódování podle míry vhodnosti.

Po okódování prvního rozhovoru jsem přistoupil k vytvoření kódovací knihy (codebook), kde jsem definoval pravidla pro jednotlivé kódy. Zároveň jsem si je zapsal do tabulky v programu Microsoft Excel. Během dalších rozhovorů byly tyto kódy používány, ale průběžně se objevovaly i zcela nové.

Po úspěšném okódování všech čtyř rozhovorů jsem přistoupil k vytváření kategorií a subkategorií, které sdružovaly několik příslušných kódů. Tento systém mi umožnil spatřovat vztahy a rozdíly mezi jednotlivými informanty. Kódy, kategorie a subkategorie byly v průběhu analýzy několikrát upraveny. Výhodou však bylo, že byl u každého informanta použit stejný kódovací systém.

Část postupu zaměřeného na jednu z kategorií (konkrétně se jedná o kategorii copingové strategie) uvádím na příkladu u informanta č.1.

Takto vypadala finální tabulka jednotlivých kódů u informanta č.1.

skrývání emocí	griefing	griefing jako coping	týmová identita	jiné hodnoty než jen hry	relaxace
emoční stabilita	růstový mindset	změna v prožívání a chování	hrdost	změna v motivaci	nezdar
fyzilogické reakce	kognitivní přehodnocení	ostatní hráči, kteří se staví do pozice	sociální učení	humor	hodnocení druhými hráči
cheatování	bezmocnost jako náročná situace	vykonávání jiné aktivity	observační učení	méně vážný přístup	zapojení spoluhráčů
toxické chování	hraní s kamarády	zábava	esport	lítost	pokračování ve hraní
hněv	hraní s náhodnými hráči	výhra	emoční stabilita jako náročná situace	obava z neúspěchu	nenávisť
verbální reakce	podpora směrem k subjektu	realismus	prohra	sociální srovnávání jako náročná	snaha zlepšit se
report	přemístění negativních emocí	vztahy	týmovost	krátkodobé řešení neúspěchu	zklamání
kick	podpora směrem k objektu	přirovnání	nepřipouštění si neúspěchu	přerušování hraní	podpora týmu
frustrace	toxické chování jako coping	týmovost	oddělení hry a života	úzkost	

Tabulka 1 – tabulka se všemi kódy u informanta č.1

Následně byly vybrány tyto kódy týkající se kategorie copingových strategií: *skrývání emocí, verbální reakce, report, kick, toxické chování jako coping, griefing jako coping, vykonávání jiné aktivity, nepřipouštění si neúspěchu, přerušení hraní, relaxace, zapojení spoluhráčů, snaha zlepšit se, podpora týmu.*

skrývání emocí	griefing	griefing jako coping	týmová identita	jiné hodnoty než jen hry	relaxace
emoční stabilita	růstový mindset	změna v prožívání a chování	hrdost	změna v motivaci	nezdár
fyzilogické reakce	kognitivní přehodnocení	ostatní hráči, kteří se staví do pozice	sociální učení	humor	hodnocení druhými hráči
cheatování	bezmocnost jako náročná situace	vykonávání jiné aktivity	observační učení	méně vážný přístup	zapojení spoluhráčů
toxické chování	hraní s kamarády	zábava	esport	lítost	pokračování ve hraní
hněv	hraní s náhodnými hráči	výhra	emoční stabilita jako náročná situace	obava z neúspěchu	nenávisť
verbální reakce	podpora směrem k subjektu	realismus	prohra	sociální srovnávání jako náročná	snaha zlepšit se
report	přemístění negativních emocí	vztahy	týmovost	krátkodobé řešení neúspěchu	zklamání
kick	podpora směrem k objektu	přirovnání	nepřipouštění si neúspěchu	přerušení hraní	podpora týmu
frustrace	toxické chování jako coping	týmovost	oddělení hry a života	úzkost	

Tabulka 2 – tabulka s vybranými kódy pro kategorii copingové strategie u informanta č.1

Poté byly tyto kódy seskupeny a zařazeny do pěti subkategorií na základě společných znaků pro zajištění přehlednosti a srozumitelnosti. Jedná se o tyto subkategorie: *Adaptivní copingové strategie; Maladaptivní copingové strategie; Únikové copingové strategie; Emoční copingové strategie; Herní copingové strategie*

Adaptivní copingové strategie	Maladaptivní copingové strategie	Únikové copingové strategie	Emoční copingové strategie	Herní copingové strategie
podpora týmu	griefing jako coping	přerušení hraní	skrývání emocí	report
snaha zlepšit se	toxické chování jako coping	vykonávání jiné aktivity	nepřipouštění si neúspěchu	kick
zapojení spoluhráčů	verbální reakce		relaxace	

Tabulka 3 – finální tabulka se subkategoriemi a jejich příslušnými kódy u kategorie copingové strategie u informanta č.1

9 Pozice výzkumníka a etika

Jako výzkumník jsem si byl vědom svého potencionálního vlivu na interpretaci dat, plynoucí z mé dlouholeté zkušenosti s těmito videohrami. Proto jsem se během sběru a interpretace dat snažil o maximální nadhled, odstup a o odložení svých prekonceptů. Jinými slovy jsem aplikoval pravidlo epoché (uzávorkování). V interpretaci jsem se pokusil vyhnout domněnkám a spekulacím. Interpretace vycházela z důkladné analýzy výpovědí informantů a jejich vzájemného propojování.

Z hlediska etiky výzkumu nebyl zaznamenán žádný závažný problém. Informanti byli předem seznámeni s cílem a postupem výzkumu. Všichni informanti mi poskytli ústní informovaný souhlas. Veškerá data byla anonymizována a nahrávky rozhovorů byly po transkripci smazány, takže není možné žádného z informantů identifikovat. Domnívám se, že informanty motivovala samotná účast na výzkumu a příležitost vyjádřit své postoje a zkušenosti k danému tématu. Přestože jsou všechna data anonymizována, tak si uvědomuji riziko, že by se v budoucnu mohl některý z informantů ozvat a nesouhlasit s mými interpretacemi.

10 Presentace a interpretace dat

Tato kapitola je rozdělena do dvou podkapitol. V první části prezentace dat jsou podrobněji představeni jednotliví informanti. Důvodem je nutnost poskytnout detailnější informace o informantech v porovnání s kapitolou výzkumný soubor. Dále jsou zde zmiňovány jednotlivé kategorie, které jsou propojeny s údaji o informantech. Na konci této podkapitoly se nachází schéma, které graficky znázorňuje jednotlivé kategorie, subkategorie a vybrané kódy. Ve druhé části se nachází interpretace dat a podrobnější definice jednotlivých kategorií a subkategorií.

10.1 Presentace dat

Rozdíly mezi informanty jsou zjevné na první pohled, ale v některých oblastech se jejich tvrzení do určité míry překrývají.

Z rozhovoru bylo vytvořeno pět kategorií, přičemž každou z nich stručně definuji:

- seberegulace – dlouhodobá schopnost jedince kontrolovat a řídit své chování, emoce a myšlenky
- náročné situace – herní situace, které jsou pro informanty zátěžové
- copingové strategie – strategie zvládání, které informanti používají v důsledku náročných situací
- motivace – hlavní motivační faktory ke hraní online FPS týmových videoher
- blízký spoluhráči – přátelé informantů, kteří si s informanty poskytují vzájemnou podporu

Jednotlivé kategorie jsou probrány u všech informantů stejným způsobem. Nejdříve je probrána kategorie seberegulace, poté společně kategorie náročné situace a copingové strategie, a nakonec kategorie motivace a blízký spoluhráči. V kategoriích jsou vybrány klíčové informace z rozhovorů. Je důležité zdůraznit, že kategorie nelze zcela oddělit, protože se vzájemně ovlivňují a prolínají.

V rámci procesu kódování bylo vytvořeno více kategorií, ale těchto pět se jeví jako nejpodstatnější pro naplnění výzkumného cíle a zodpovězení výzkumných otázek. Tři z kategorií (seberegulace, náročné situace, copingové strategie) mají i subkategorie, které

umožnily rozdělení informací do kratších úseků a detailnější analýzu a komplexnější pochopení zkoumaných jevů.

Informant č.1

kategorie: **seberegulace**

Informant č.1 se považuje za klidného hráče, který příliš neprojevuje emoce, ale někdy je v sobě potlačuje. Pokud ho něco rozčílí, pozoruje u sebe různé fyziologické reakce (od bušení srdce a zrychleného dýchání až po bolest hlavy). Hovoří o sobě jako o realistovi, který nemá přehnaná očekávání od svého herního výkonu. Dále uvádí, že má i jiné hodnoty, než hraní a úspěch v FPS hrách. Připisuje to tomu, že je úspěšný i v jiných oblastech (například ve své práci). Hry striktně odděluje od svého reálného života a nepřenáší si z nich neúspěchy ani negativní emoce. Naopak negativní emoce a neúspěchy z reálného života si občas přenáší do videohry. Pokud ve hře prohrává, nepřikládá tomu velký význam. Tvrdí, že pokud je naštvaný, tak hraje hůře. Zároveň zastává, že každou herní chybu lze napravit a výsledek otočit.

dvě kategorie: **náročné situace** a **copingové strategie**

Informantovi č.1 nejvíce ve hře vadí toxické chování ostatních hráčů. Reaguje na něj především verbálně – nejdříve toxického hráče upozorní, poté si nadává pro sebe, a nakonec i jemu. Pokud tyto strategie nefungují, tak přitvrdí a použije herní mechanismy jako vyhození a nahlášení. Nahlašovací systém popsal jako podpurný. Další situace, které mu ve hře vadí jsou podvádění a úmyslné sabotování. Reaguje na ně podobně jako v případě toxického chování. Ve všech těchto situacích prožívá hněv a frustraci spojenou s bezmocností. Specifickou náročnou situací pro tohoto informanta jsou ostatní hráči, kteří se staví do pozice lídra a dělají špatná rozhodnutí. Reaguje na to vlastním toxickým chováním a úmyslným sabotováním hry, tedy tím, co mu samotnému vadí nejvíce. Například si místo hraní začne dělat věci do práce. Pokud by se mu ve hře dlouhodobě nedařilo, zareagoval by následovně: „*Myslím si, že kebyže mi to nejako prestane ísť a trvá to dlhšie, asi si nájdem na nejaký čas inú zábavu. Možno by som začal viac hrávať single player hry, alebo nejaký iný druh hier.*“. Pokud by se mu nedařilo pouze krátkodobě, tak si zpravidla zapne jinou videohru. Další situace, které informantovi č.1 ve hře způsobují potíže, jsou jeho

vlastní neúspěšný výkon a srovnávání se s lepšími hráči. Tyto situace u něj vyvolávají lítost a frustraci, ale pouze krátkodobě během daného kompetitivního zápasu. Informant č.1 v rozhovoru také uvedl, že v minulosti používal autogenní trénink ke zvládnání úzkosti spojené s neúspěchy ve hře.

dvě kategorie: **motivace a blízký spoluhráči**

Hlavní motivací pro informanta č.1 je zábava a odreagování, vedlejší motivací je vyhrávání. Tyto motivy se v průběhu jeho herní kariéry částečně měnily. Přibližně do nástupu na vysokou školu hry prožíval intenzivněji a byl více orientovaný na výhru. Dalším důležitým milníkem, jak sám uvádí, bylo dosažení nejvyšších herních úrovní: „(...) *ale keď som dosiahol vysoký rank a zažil som si tú slávu, tak som si povedal, akože čo teraz? A asi od tej doby to beriem viac na ľahšiu váhu.*“. Dalším motivačním faktorem jsou vztahy, které se podle něj prostřednictvím her upevňují. S tím souvisí to, že pravidelně hraje se dvěma kamarády, se kterými si navzájem poskytují podporu a pochopení. Jeho hlavním vzorem je bývalý slovenský profesionální hráč Guardian, kterého popsal jako špičkového a klidného. Informant č.1 také příležitostně sleduje profesionální zápasy, které mu slouží jako inspirace a zdroj herních znalostí a dovedností.

Informant č.2

kategorie: **seberegulace**

Informant č.2 se nepovažuje za klidného hráče a často mění nálady. Jeho emoční stabilita závisí především na tom, zda se mu v daném kompetitivním zápasu daří. Závisí také na tom, zda hraje s partou kamarádů, s jedním dobrým kamarádem, nebo sám. V prvním případě dokáže ovládat své chování a emoce, což odůvodňuje tím, že s partou kamarádů častěji vyhrává a má od nich větší podporu. Ve zbylých dvou případech se již tak ovládat nedokáže. Občas je agresivní i vůči dobrému kamarádovi. Ten mu také poskytuje podporu a pochopení. Informant č.2 s ním tráví většinu volného času a jsou téměř vždy připojeni na platformě Discord, přes kterou komunikují. Informant č.2 sám sebe označuje za rozdvojenou osobnost, což dokládá jeho tvrzení: „*Někdy bych řekl, že mě vytáčí fakt úplně všechno. Nevím, jestli přijdu do hry nějak už špatně naladěnej, ale někdy jsem zase úplně v pohodě a jsem dost milej. Takže asi trochu taková rozdvojená osobnost*“. Zároveň je občas pokorný a

dokáže pochválit a ocenit lepší hráče. Důležité je pro něj být ve hře úspěšný, protože mu to zvyšuje sebevědomí. Dokáže své chování ve hře zpětně zkritizovat. Na otázku, jak se snaží dlouhodobě udržet své chování a emoce pod kontrolou, odpověděl: „*já nevím, asi se nesnažím*“. Neúspěchy a negativní emoce z reálného života i ze hry si přenáší do jiných her.

dvě kategorie: **náročné situace a copingové strategie**

Jak bylo psáno v odstavci o seberegulaci, informanta č.2 ve hře někdy rozčiluje úplně všechno. Nejvíce mu však při hře vadí, když se mu nedaří. Dále mu působí potíže prohrávání, které souvisí se ztrátou herních úrovní a nebalancovaným párováním hráčů (tzv. matchmaking). Pokud prohraje několik her za sebou, tak někdy hraje dál, dokud nevyhraje, což sám považuje za neadekvátní řešení problému. Mezi další náročné situace řadí podvádění, toxické chování a úmyslné sabotování. V neposlední řadě mu vadí nedostatečná komunikace a ruští hráči. Každá z těchto situací v něm vyvolává hněv a frustraci, ale reaguje na ně různými způsoby. Například na nedostatečnou komunikaci se snaží ostatní spoluhráče zapojit do hry svou aktivní komunikací. V případě ruských hráčů používá strategii humoru, která spočívá v jejich zesměšňování. Téměř vždy však používá „devalvací“ či „znehodnocování“ ostatních hráčů, jak sám tuto strategii nazývá. Ta spočívá ve vtipných poznámkách na daného hráče, což lze ilustrovat jeho tvrzením: „*(...) začnu někdy pro sebe, nejdřív většinou asi v hlavě říkat nějaký vtipný poznámky na toho hráče, třebaže ho nikdo nemá rád, tak proto má nahranejch tolik hodin (...)*“. Je důležité poznamenat, že tato strategie probíhá pouze subvokálně nebo egocentrickou řečí, případně to sdělí svému dobrému kamarádovi. Dále v důsledku náročných situací ve hře nadává. Nadávání probíhá stejně jako již zmíněná devalvace. Dalšími strategiemi jsou hraní jiných her a mazlení se psem, což mu pomáhá zmírnit negativní emoce, například po prohře. Velmi specifickou a málo využívanou copingovou strategií je ocenění soupeřů, která spočívá v pochvale protihráčů, což způsobí zlepšení jeho herního výkonu.

dvě kategorie: **motivace a blízký spoluhráči**

Hlavní motivací informanta č.2 je vyhrávání, které je důležitější než zábava. V minulosti to ale bylo naopak. Dalším motivem ke hraní těchto her je týmovost, kterou spojuje s tím, že v dětství hrál několik kolektivních sportů, které ho bavily, ale přestal je hrát, protože se od něho očekával výkon. FPS hry označil za „hardcore zábavu“, která je dodnes

jeho hlavní aktivitou. Tyto hry zaujímají v jeho žebříčku hodnot vysoké místo. Informant č.2 hraje nejčastěji sám nebo s jedním dobrým kamarádem. Jeho hlavním herním vzorem je bývalý profesionální hráč a streamer Shroud, kterého považuje za jednoho z nejlepších hráčů. Jeho kamarádi ho k němu přirovnávají což v něm vyvolává pocity hrdosti a radosti. V současnosti občas sleduje jeho streamy a do nedávna sledoval profesionální zápasy ve hrách Counter Strike a Overwatch, to však nahradil sledováním kolektivních sportů v reálném životě (například hokejem).

Informant č.3

kategorie: **seberegulace**

Informant č.3 se považuje za klidného hráče. Funguje tak již od počátku jeho herní kariéry. Tvrdí, že se ho nerozčilují malichernosti, které popisuje jako: „*No to sou ty blbosti co štvou ostatní, často to jsou právě ty maličkosti, který ostatní hrozně tak serou, tak semnou to nic nedělá.*“. Odděluje hraní od svého reálného života, a proto si z her nepřenáší neúspěchy a negativní emoce. FPS hry jsou pro něj sice důležité, ale nemají přednostní prioritu. Dokáže ve hře ocenit ostatní hráče.

dvě kategorie: **náročné situace** a **copingové strategie**

Jako nejnáročnější situaci uvedl informant č.3 podvádění a s tím související podvádějící hráče, kteří hrají na ukradených účtech. To spojuje s incidentem, který se v minulosti stal i jemu. Někdo mu ukradl herní účet na platformě Steam a začal podvádět. Jeho účet byl kvůli tomu následně trvale zablokován. Dále mu způsobuje potíže úmyslné sabotování. Informant č.3 na to obvykle reaguje argumentací s daným hráčem nebo se ho ze hry snaží vyhodit. V těchto situacích pocítuje hněv a má chuť hru vypnout, což někdy i udělá. Poté se věnuje jiné aktivitě, zpravidla jiné hře nebo sledování filmu či seriálu. Mezi další náročné situace řadí informant č.3 toxické chování a hráče z jiných zemí (konkrétně Turecka a Ruska), kteří ve hře mluví svým rodným, kterému nerozumí. Označil je za „debily“. Informant č.3 občas zažíval stres v některých zápasech. Ten vycházel z jeho zvýšené touhy po výhře a potřebě zažít úspěch. Stres u něj vedl ke snížení výkonu a k nervozitě. Další náročnou situací je prohra několika zápasů za sebou. Většinou je z toho nervózní a hra ho velmi rychle přestane bavit. V reakci na to se opět věnuje jiné aktivitě.

Pokud by informant č.3 ve hře dlouhodobě nebyl úspěšný, přestal by danou hru hrát. Případně by si našel jinou hru, ve které by se mu opět dařilo. Nejlépe to ilustruje příklad z jeho života:

Informant č.3: „(...) *když se mi v něčem nedaří tak to prostě přestanu dělat.*“

Tazatel: „*Máš to tak i v realitě nebo jen ve hře?*“

Informant č.3: „*Ano i v reálu.*“

Tazatel: „*Můžeš uvést nějaký příklad z toho reálu?*“

Informant č.3: „*Třeba se mi pár let dozadu nedařilo v práci, prostě mi to nesedělo, tak jsem ji změnil a teď je to o hodně lepší.*“

dvě kategorie: **motivace a blízký spoluhráči**

Hlavní motivací informanta č.3 je zábava, kterou ještě více posiluje hraní s kamarády. Pokud hraje s kamarády, tak výše zmíněné náročné situace již pro něj nepředstavují takový problém. Informant č.3 také poznamenal, že ve skupině kamarádů spíše uklidňuje ostatní. Dalším motivačním faktorem je vyhrávání, na které mu někdy záleží více a někdy méně. V minulosti potřeboval uznání od kamarádů, ale nyní mu na tom tolik nezáleží. S tím souvisí i jeho menší tendence srovnávat se s ostatními hráči. V mládí se chtěl informant č.3 stát známým hráčem a FPS hry pro něj tehdy byly důležitější. Informant č.3 občas sleduje profesionální zápasy, ale nemá konkrétního oblíbeného hráče.

Informant č.4

kategorie: **seberegulace**

Informant č.4 se považuje za klidného hráče, který dokáže ovládat svoje emoce téměř za všech okolností. Je stabilní, vyrovnaný a pokorný hráč. Přisuzuje to své vrozené osobnosti, kterou údajně zdědil po otci, jenž je podle něj rozumný a nenechá se ovládat emocemi. Informant č.4 tvrdí, že je zbytečné se zabývat věcmi, které ve hře nelze ovlivnit. Také uvádí, že hráčovi nepomůže, když se rozčílí. Označil se za amatérského esportovce, který však nedosahuje úroveň profesionálních esportových hráčů. Své neúspěchy ve hře řeší pouze krátkodobě. Nepřenáší si je ze hry do reálného života ani naopak. V rozhovoru zmínil

příklad, kdy se jeho kamarádi ve škole hádali kvůli malichernostem a jeho už to tehdy neovlivňovalo. Popsal to slovy: „(...) *Pro mě to je jedním uchem dovnitř druhým ven.*“.

dvě kategorie: **náročné situace** a **copingové strategie**

Za náročnou situaci označil informant č.4 prohrávání, u kterého se snaží zachovat klid, přičemž mu v tom pomáhají blízký spoluhráči. Další náročnou situací je pro něj podvádění. Tato situace v něm vyvolává hněv, protože kvůli ní ztrácí čas a herní úroveň. Vyvinul si na to vlastní strategii, kde podvádějícího hráče nahlásí, přestane hrát a začne dělat něco jiného. Pokud by mu hráči ze soupeřícího týmu nadávali, ztišil by si je nebo by si z nich udělal legraci. Jako další náročnou situaci uvedl svůj vlastní neúspěch. V takovém případě prožívá krátkodobý hněv, ale snaží se ve hře zlepšit a podporují ho i blízký spoluhráči. Když prohraje několik za sebou, je frustrovaný, přestane hrát a začne věnuje se jiné aktivitě. Například začne hrát jinou hru, nebo si povídá s kamarády na Discordu. Pokud by se ve hře trvale zhoršil, přestal by ji hrát a našel by si jinou hru, ve které by se mu opět dařilo. Celkově se však dokáže adaptovat téměř na všechny náročné situace.

dvě kategorie: **motivace** a **blízký spoluhráči**

Hlavní motivací pro informanta č.4 je zábava. O těchto hrách tvrdí: „*Prostě mě to fakt baví, chtěl bych to dělat celej život nejradši*“. Dalším motivačním faktorem je vyhrávání. Na začátku své herní kariéry hru prožíval intenzivněji a snažil se v ní být co nejlepší. Později si ale uvědomil, že se nestane profesionálním hráčem, a tak se jeho přístup částečně změnil. FPS hry však stále zaujímají v jeho žebříčku hodnot nejvyšší příčky. Informant č.4 hraje s pěti kamarády a dokonce si s nimi vytvořil vlastní tým. Všichni si navzájem poskytují podporu, pochopení a uznání. Své vysoké herní úrovni připisuje právě hraním s kamarády. Informant č.4 sleduje většinu esportových zápasů a turnajů a zná a uznává téměř všechny profesionální hráče. Během sledování zápasů se učí nové herní taktiky a občas je společně s kamarády analyzuje (stejně jako své vlastní zápasy). Srovnávání se s ostatními hráči mu slouží jako zpětná vazba pro hodnocení jeho vlastních výkonů.

Schéma

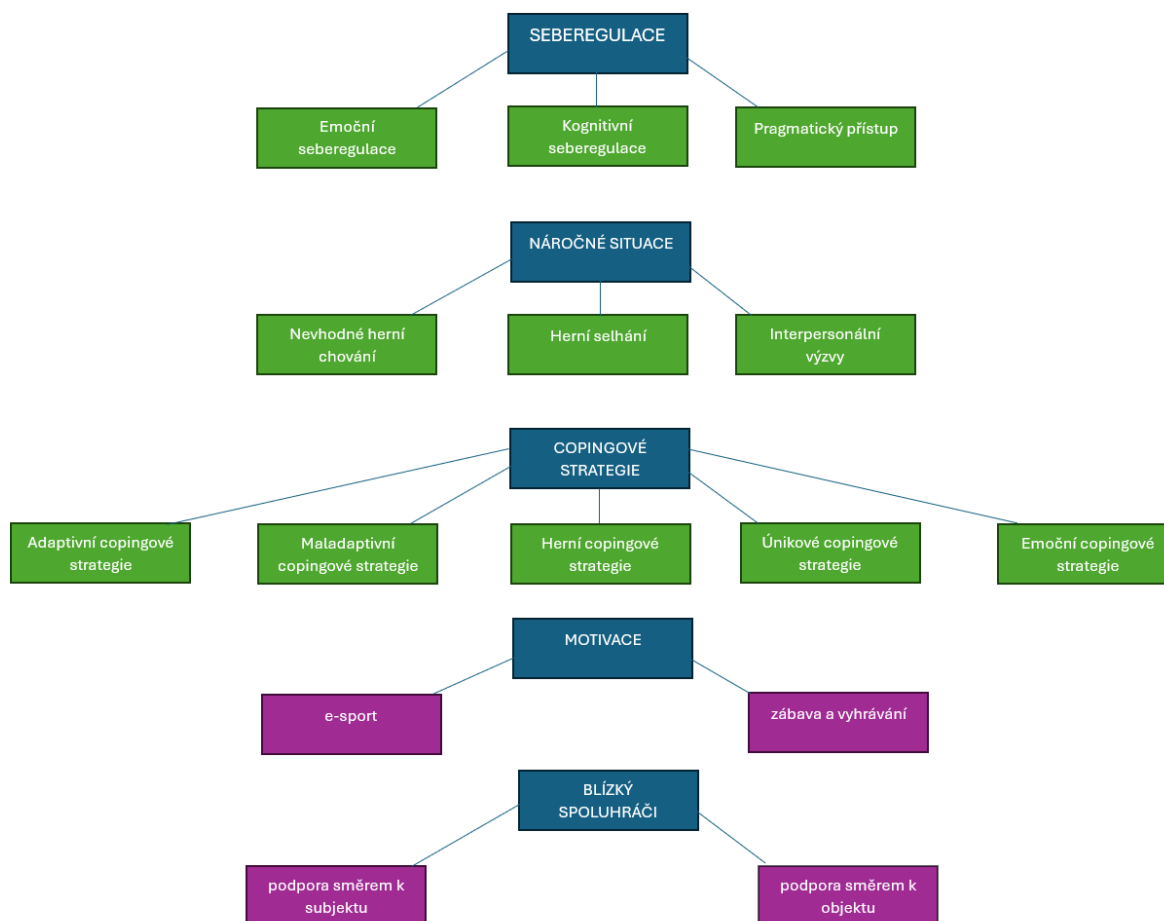


Schéma – kategorie (modré pozadí); subkategorie (zelené pozadí); vybrané kódy (fialové pozadí)

10.2 Interpretace dat

V této podkapitole jsou definovány a interpretovány jednotlivé kategorie a subkategorie vytvořené na základě rozhovorů se čtyřmi informanty.

10.2.1 Seberegulace

Tuto kategorii lze charakterizovat jako dlouhodobou schopnost jedince kontrolovat a řídit své chování, emoce a myšlenky s ohledem na subjektivně stanovený cíl. Pravděpodobně je nejvíce ovlivněna osobností jedince. Dělí se na tři subkategorie: *emoční seberegulace*, *kognitivní seberegulace* a *pragmatický přístup*.

Emoční seberegulace

Tato subkategorie je definována jakožto emoční stabilita, nebo nestabilita. Souvisí s tím, zda se jedná o klidné, či neklidné hráče.

Všichni informanti, s výjimkou informanta č.2, se považují za klidné hráče. U informanta č.1 však vnímám jistý nesoulad. Na otázku, zda se považuje za klidného hráče, odpověděl:

Informant č.1: *„Keď mám pravdu povedať, tak som asi skôr kludnejší. Alebo to prosto nedávam tak najavo. Niekedy to v sebe dusím. Ale som fakt viac kludný, kebyže to porovnávam s nejakými inými hráčmi, tak som fakt asi kludas (...)“*.

Při bližším zkoumání výpovědi informanta č.1 se však toto tvrzení jeví jako nepřesné. Dokazuje to především jeho intenzivní prožívání hněvu a frustrace v náročných situacích. Jako příklad uvádím několik jeho výroků: *„Fúha, to určite záleží od tej situácie. Niekedy som len nasraný“* „(...) Napríklad naposledy ma fakt strašne vytočil hráč (...)“ „(...) keby to bolo dlhodobo, tak by som toho hráča v tej danej chvíli neznášal.“. Dále to dokládají jeho copingové strategie, které jsou probrány později (viz. kategorie copingové strategie). Příčinou tohoto rozporu může být nedostatečná sebereflexe a sebemonitorování vlastního chování a prožívání. Pravděpodobnějším vysvětlením je však skutečnost, že tyto hry se vyznačují vysokou mírou toxického chování. Z toho důvodu má informant č.1 při srovnávání se s ostatními hráči nízké nároky na své vlastní chování a prožívání. Naznačuje to i jeho dříve uvedené tvrzení: *„(...) Ale som fakt viac kludný, kebyže to porovnávam s nejakými inými hráčmi, tak som fakt asi kludas (...)“*. Z toho důvodu se může hodnotit jako klidný, ačkoliv realita může být jiná. Domnívám se, že jeho chování není pro takto zkušeného hráče ideální.

Informant č.2 se nepovažuje ani za klidného, ani za neklidného hráče. Sám o sobě tvrdí: *„myslím, že jsem fakt něco mezi.“*. Souviset s tím může skutečnost, že se jeho chování a prožívání mění v závislosti na tom, s kým hraje, jak sám uvádí. Pokud hraje sám nebo s dobrým kamarádem, tak je více emočně nestabilní, ale pokud hraje s partou kamarádů, tak je tomu naopak. Dokládá to následující výňatek z rozhovoru, ve kterém se probírají možné příčiny těchto rozdílů:

Informant č.2: „Nooo, to mě napadlo, žeee... vlastně když třeba hraju s partou kámošů, tak třeba jakože nenadávám a jsem celkově jakože dost klidnej, teda hlavně když se mi daří, ale mě to jde skoro vždycky. Tak v tý partě většinou nenadávám skoro vůbec, možná mám jakože ten support od nich v tý hře a vím, že když hraješ prostě ve full lobby, tak sou to úplně jiný hry. A když si to takhle uvědomuju tak sem fakt v partě kámošů o hodně víc klidnej.“

Tazatel: „A s tím jedním kamarádem to spíš nejsi tak v klidu a nadáváš?“

Informant č.2: „Jakože... občas jo, ale taky bych řekl, že už je to fakt o hodně míň... Ale třeba když je nás prostě víc i s tímhle kámošem, tak jsem prostě nějak magicky v klidu, nechápu.“

Tazatel: „Možná to je tím, že se nechceš před tou partou nějak shodit, třeba těma nadávkama?“

Informant č.2: „Hmmm, z části je to asi možný. Jakože já si spíš říkam pro sebe v hlavě ty nadávky. Ale myslím si, že hlavně to je asi, že máš prostě ten support a víš, že když je vás víc tak...prostě si pomáháte a nějak jakože si říkáte ty věci, a taky většinou vlastně mnohem víc vyhráváš, když hraješ full lobby.“

K těmto tvrzením lze přistoupit z více úhlů pohledu. Prvním z nich může být skutečnost, že informant č.2 v partě kamarádů častěji vyhrává a navzájem se emočně podporují, jak sám tvrdí. Domnívám se však, že zde působí i další faktory, kterých si informant č.2 nemusí být sám vědom. Jedno z možných vysvětlení padlo již v rozhovoru, tj. snaha zachovat si před kamarády určitý image a postavení (nechce se před nimi shodit). Tato interpretace se mi jeví jako pravděpodobnější, protože s touto skupinou kamarádů nehraje často, což dokládá i jeho tvrzení: „(...) Takže jo poslední dobu spíš hraju sám, jsem takovej vlk samotář, když teda mluvíme o hře (pousmátí).“. Dalším možným vysvětlením je pozitivní vliv určitého člena této skupiny. Může se jednat například o respektovaného jedince, který dokáže ostatní uklidnit apod. Na základě těchto interpretací se pravděpodobně jedná o jejich kombinaci.

Sebehodnocení emoční stability u informantů č.3 a č.4 přibližně odpovídá jejich reakcím v rozhovoru. Následuje výběr jejich tvrzení, která emoční stabilitu potvrzují:

Informant č.3: „*Myslím si, že jsem dost klidnej. „Od začátku jsem byl dost klidnej, moc mě to nikdy neštvalo. „Prostě se nevytáčím na hloupostech. „* Informant č.4: „*(...) Jo prostě musíš být v klidu, protože to ti prostě nepomůže ragovat. (...)“ „(...) Zakřičel jsem možná v Csku tak jednou v životě. (...)“ „(...) Jsem dost po tátovi, ten je taky takovej. Používá rozum, nenasere se skoro nikdy...“*“

Kognitivní seberegulace

Tato subkategorie je definována jako vědomá práce s myšlenkami nebo představami, kterou hráči využívají k ovlivňování svých emocí, myšlenek a chování. Souvisí také s tím, že hráč si uvědomuje své herní výkony a hodnotí je realisticky (nepřeceňuje se ani nepodceňuje). Dále zahrnuje nadhled nad vlastním chováním ve hře a schopnost sebekritiky a ocenění ostatních hráčů.

Všichni informanti si uvědomují, že se nemohou stát profesionálními hráči. To ukazuje na jejich dobrou schopnost sebereflexe a sebehodnocení. Může to také souviset s lepším zvládáním náročných situací, protože si hráči nekladou přehnané cíle. Ilustrují to následující výroky informantů:

Informant č.1 „*Ale ako som už predtým hovoril, som realista, takže viem, že som už na vrchole slávy bol, hlavne čo sa týka skillu (smích).*“

Informant č.2 „*(...) ale čím sem starší, tak prostě vim, že bych na to asi ani neměl, a pokud jo tak bych musel permanentně trénovat.*“

Informant č.3 „*(...) Neměl bych na to, taky jsem už herní děda (...)*“

Informant č.4 „*Hmmm, jsem celkem top hráč, takovej trošku amatérskéj esportovec to bych asi o sobě řekl, ale jsou i naskillenější (...) Tak samozřejmě všichni profesionální esportovci, tam se nemůžeš ani porovnávat.*“

Všichni informanti, s výjimkou informanta č.1, spontánně uvádějí, že uznávají a oceňují ostatní dobré hráče. Informant č.1 reagoval až na mou otázku ohledně srovnávání se s ostatními hráči a odpověděl: „*Áno, ak vidím niekoho, kto je lepší jako ja, tak ma to chvíľu mrzí. Hlavne keď si uvedomím, že taký dobrý asi nikdy nebudem. Asi mi viac vadí, ak je to niekto z tímu proti nám. Ale čiastočne mi vadí, aj keď je to niekto z nášho tímu. Tiež mi to nie je úplne príjemné. Lepšie je, ak sme na približne rovnakej úrovni v nejakej hre čo*

hráme.“. Projevil jistý náznak uznání, ale pravděpodobně jeho hlavním motivem mohla být spíše závist nebo frustrace z toho, že je někdo lepší.

V souvislosti s prací s myšlenkami a představami, uvedli v rozhovoru pouze informanti č.1 a č.4, že takto ve hře fungují, avšak pouze sporadicky. Jedná se o následující výroky:

Informant č.1: „*Beriem to tak, že teraz prehrám, potom vyhrám. Viem, že keď budem nasratý, bude to ešte horšie a budem hrať potom zle.*“ „*Každá chyba sa môže dať napraviť a keď nie, tak sa prehraje a hotovo.*“

Informant č.4: „*Prostě ve hře se dějou bullshity, který nemůžeš ovlivnit jo. (...), ale udělal si všechno, co se dalo. Tak je to prostě pohodička. Snažil ses, ale nevyšlo to, příště ti to zas vyjde.*“

Z tvrzení těchto dvou informantů vyplývá, že jsou ochotni se poučit z vlastních chyb a jsou pozitivně orientováni na budoucnost. Domnívám se, že tito informanti (zejména informant č.4) mohou být vhodnějšími spoluhráči, protože pravděpodobně více disponují růstovým nastavením mysli.

Informant č.2 je nejvíce specifický v časté sebekritice, která se projevuje například takto: „*(...) někdy se nechovám úplně asi nejlíp v tý hře (...) někdy zpětně divím, že jsem se choval jak debil*“ „*(...) Myslím si, že na tom by měl každý zapracovat, včetně mě (smích).* (...)“. Tyto a další výroky poukazují na jeho nadhled nad vlastním chováním, což je pozitivní. Tato zvýšená sebekritičnost však nevede k dlouhodobé pozitivní změně, jak dokládá následující výňatek z rozhovoru:

Tazatel: „*Jakým způsobem se snažíš dlouhodobě udržet svoje chování a emoce pod kontrolou, když hraješ kompetitivní zápasy?*“

Informant č.2: „*(smích) asi dlouhodobě, já nevím, asi se nesnažím.*“

Dalším důvodem, proč sebekritika nezpůsobuje dlouhodobou změnu, jsou copingové strategie, které informant č.2 využívá (viz. kategorie copingové strategie). Další zajímavostí, kterou jsem u informanta č.2 zaznamenal (i když tato zajímavost neodpovídá na výzkumné otázky), je jeho tendence korigovat některá svá vyjádření. Například v části rozhovoru, kde se o ruských hráčích ve hře vyjádřil jako o problematických, se k tomuto tématu později

vrátil a uvedl: „(...) Nejsem jinak rasista jak jsem mluvil o těch Rusácích, měl jsem na základce spolužáka z Ruska, na střední taky a dokonce i teď na VŠ mam dva spolužáky a úplně v pohodě si s nima vycházím a respektuju je, to samí platí i o jinejch lidech, každého posuzuju zvlášť.“. Podobně svá tvrzení v rozhovoru několikrát upřesnil. Důvodů pro to může být více. Jedním z nich může být například efekt sociální desirability. Vzhledem k jeho sebekritickému postoji se však domnívám, že spíše nechtěl, abych si jeho vyjádření vyložil nesprávným způsobem.

Pragmatický přístup

Tuto subkategorii lze zjednodušeně definovat jako minimalizaci negativních dopadů na hraní a život.

Pouze informanti č.3 a č.4 si nepřenášejí neúspěchy a negativní emoce ze hry do reálného života. U informanta č.2 to platí opačně a oběma směry, tedy přenáší si negativní emoce ze hry do reálného života, ale i naopak. Dokládají to například následující tvrzení: „(...) Tak třeba jsem podrážděnej z toho, že se mi něco nepovedlo ve škole, nebo třeba ve vztahu a pak si to asi trochu vyleju v tý hře (...)“; „Jako třeba, že mam špatnou náladu ze hry a pak se nějak chovám v reálu? No, to není u mě zas tak častý, spíš bych řekl, že to je jen určitou chvíli třeba po tom nepovedeným zápasu. Ale jinak vyloženě, že bych byl nějak dlouho naštvanej a přenášel to třeba na rodiče to asi jakože ne... Vlastně jako se mi to párkrát stalo, když nad tím tak přemýšlím ale fakt to není nějaký častej jev.“

První z uvedených citátů ilustruje první případ, kdy si informant přenáší negativní emoce a neúspěchy z reálného života do hry. Hra mu v tomto případě může sloužit jako nástroj k uvolnění emocí, tedy může mít katarzní účinek. Herní prostředí je obvykle bezpečné a anonymní, což usnadňuje takové chování. S tím souvisí i dříve zmíněný fakt (viz. subkategorie emoční seberegulace a viz. podkapitola prezentace dat), že informant č.2 se chová nevhodně, pokud hraje sám nebo s dobrým kamarádem. Domnívám se, že dalším důvodem je specifická herního prostředí – anonymita a pocit bezpečí. Skutečnost, že se občas chová nevhodně i k dobrému kamarádovi, pravděpodobně souvisí s tím, že se necítí nucen přetvařovat a chová se stejně jako o samotě. Pravděpodobně se jedná o velmi blízkého či nejlepšího kamaráda, protože z jeho vyjádření vyplývá, že spolu tráví hodně času. Druhý citát se týká opačné situace – přenášení negativních emocí ze hry do reálného života. Tato

situace může souviset s tím, že hry mají v jeho hodnotovém žebříčku vysoké postavení, jak sám uvádí:

Tazatel: „(...) *Tu hru teda máš asi vysoko v nějakým pomyslným žebříčku hodnot? Myslím tu, jakože tvoji hru.*“

Informant č.2: „*Jojo myslím, že tě chápu. Taky bych asi řekl, že ta hra je prostě pro mě důležitá, možná někdy až moc, až mě to občas děsí.*“

Dalším důvodem, jeho reakcí by mohlo být i to, že hry tvoří velkou část jeho identity a sebevědomí, takže jakýkoli herní neúspěch pro něj představuje citelnou ztrátu. Dokládá to následující text: „(...) *To co je pro mě jakoby důležitější je být prostě fakt dobrej v těch hrách a nějak mi to asi pomáhá se sebevědomím nebo nevim.*“ „(...) *Vlastně to je fakt asi součást mého sebevědomí a zakládám si na tom dost.*“

Informant č.1 naopak uvedl, že si občas přenáší hněv z reálného života do hry, což komentuje slovy: „*Teraz sa mi v podstate nestáva, že by sa mi nejako hnev z hry prenášal do života, možno občas naopak.*“. Nebo na otázku, zda se ve hře chová toxicky, odpověděl: „*Ja fakt málokedy, stávalo sa mi to častejšie, keď som bol mladší. Keď som napríklad nezvládal situáciu a bol som na niečo nahnevany. Napríklad aj v reále (...).*“. V tomto případě může jít o katarzní účinek, podobně jako u informanta č.2

Všichni informanti kromě informanta č.2 se s neúspěchem vyrovnávají pouze krátkodobě. Ilustruje to následující příklad od informanta č.4 „(...) *rychle se z toho dokážu votřepat a jít dál.* (...)“.

Zdá se, že informanti č.1 a č.3 nepřikládají hrám takovou důležitost. Informant č.1 například poznamenal: „*Proste mám iné hodnoty, viem, že som dobrý aj v iných veciach, v práci, že niečo dokážem.*“. „*A fakt je, že mám v živote aj iné hodnoty, než sú počítačové hry.*“. Informant č.3 má podobný postoj:

Tazatel: „*A ta hra je pro tebe důležitá nebo ne?*“

Informant č.3: „*Je důležitá, ale zase nemá takovou prioritu v mém životě.*“

Naopak informant č.2 a č.4 mají hry vysoko ve svém žebříčku hodnot. Informanta č.2 jsem již na toto téma citoval, tak zde uvádím pouze informanta č.4:

Tazatel: „Ještě se tě zeptám, hry máš teda v tvém žebříčku hodnot asi vysoko že?“

Informant č.4: „Je to tak, je to něco co mě brutálně baví, a nechtěl bych aby se to změnilo.“

10.2.2 Náročné situace

Tato kategorie je důležitá, protože z ní vyplývají copingové strategie. Zahrnuje herní situace, které jsou pro informanty zátěžové (stresové). Dělí se na tři subkategorie: *nevhodné herní chování, herní selhání a interpersonální výzvy*

Nevhodné herní chování

Tato subkategorie zahrnuje následující herní projevy: podvádění (cheatování), úmyslné sabotování (griefing) a toxické chování.

Všichni čtyři informanti označili podvádění za náročnou situaci. Informant č.2 se o podvádějících hráčích vyjádřil hned na začátku rozhovoru, aniž bych se ho na to tázal: „(...) Csko se fakt hrát nedá, jejich anticheat je úplně k ničemu, tam máš prostě v každý druhý hře cheatera (...)“. Informant č.1 poznamenal: „Najviac mi vadia cheateri (...)“. Informant č.3 má stejný názor jako informant č.1: „(...) Nejvíc mi vadí cheateri, hlavně když hrajou na ukradnutých kontách. (...)“. Informant č.4 podvádějícími hráči silně pohrdá, což dokládají jeho časté nadávky na tyto hráče. V souvislosti s touto situací informanti nejčastěji pociťují hněv, frustraci a bezmocnost, která pramení z neschopnosti ji ovlivnit. Informant č.2 se tímto problémem velmi zabýval a během rozhovoru působil rozzlobeně:

Informant č.2: „(...) Občas teda když mě kámoš zavolá do Cska, tak si dám zápas, ale jak říkám jejich anticheat systém stojí za hovno, tam prostě hraješ a máš tam skoro furt cheateri a ne nemyslim to, že každého označím za cheatera kdo mě zabije. Ale fakt obvious cheateri, který se klidně začnou v půlce hry točit nebo i od začátku a ještě se ti smějou do chatu... Když je reportneš tak, tak dostanou VAC ban klidně za rok, takhle jsem si pár her uložil a občas jsem sledoval ty účty těch cheaterů jestli dostali ban, a prostě třeba za rok dostal ban? Tak co tam ty vývojáři, jakože dělaj mi řekni?!“

Lze tedy říci, že podvádění je pro všechny čtyři informanty jednou z nejnáročnějších herních situací. S podváděním se u informantů nejčastěji pojí prohrávání a ztráta herních úrovní. Informant č.4 například uvedl: „U těch cheaterů jsem trochu pissed, ale spíš kvůli

tomu, že ztrácíš čas jo. I to elo mě celkem sere, že padá, protože tam není prostě systém, kterej by ti vrátil ty body. Prostě to bere, že máš to prohraný a hotovo a nikoho nezajímá, že si tam měl nějakýho sráče cheatera i když dostane potom ban.“. Domnívám se, že podvádějící hráči informantům nejvíce vadí kvůli nespravedlivosti a porušování pravidel. Překáží jim také skutečnost, že si ve hře vybudovali vysokou herní úroveň se značným úsilím. V této souvislosti informant č.4 například zmínil: „(...) musíš mít aspoň několik tisíc hodin a fakt musíš bejt dobrej, abys to někam dotáh.“. Tato náročná situace může vést ke snížení motivace a omezení herního času. Například informant č.2 kvůli podvádějícím hráčům výrazně omezil hraní hry Counter Strike 2. Je také nutné zdůraznit, že tento problém se s největší pravděpodobností netýká pouze zkušených hráčů (jako jsou naši informanti), ale většiny hráčů, kteří kvůli podvádění hrají méně.

Další náročnou situaci, kterou kromě informanta č.4 zmiňují všichni ostatní je úmyslné sabotování. Důvodem, proč o něm informant č.4 nehovořil, je pravděpodobně fakt, že hraje převážně s celým týmem svých přátel. Sabotování hry informanti popisují jako různé formy herního chování, od záměrného nehraní až po úmyslné střelení do svých spoluhráčů. V těchto situacích informanti pocítují podobné emoce jako při podvádění.

Poslední náročnou situací v této subkategorii je toxické chování, které se stejně jako sabotování hry objevuje u tří informantů, s výjimkou informanta č.4. Důvodem, proč se o něm tento informant v rozhovoru nezmínil, je opět pravděpodobně hraní s celým týmem přátel.

Nejčastěji tuto náročnou situaci zmiňoval informant č.1, kterému se nyní budeme věnovat podrobněji. Na otázku, zda považuje toxické chování za nejvíce zátěžové, odpověděl: „Asi áno, to mi najviac vadí při hraní. To ma úplne deptá.“. V rozhovoru opakovaně uvádí, že mu toxické chování ostatních hráčů způsobuje velké potíže. Z analýzy jeho herních projevů lze usuzovat, že jeho chování vykazuje prvky toxicity a zejména sabotování hry. Například na náročnou situaci, kdy se jiní náhodní hráči v týmu staví do vedoucí pozice (podrobněji popsáno v subkategorii interpersonální výzvy) reaguje takto: „Idem si potom svoju taktiku a v najhoršom prípade si robím veci do práce a kašlem na hru, aj keď stále beží (smích), alebo si pustím hudbu.“. Vzhledem k četnosti těchto pasáží v rozhovoru se domnívám, že by se mohlo jednat o projekci vlastní toxicity na ostatní hráče.

Herní selhání

Tato subkategorie zahrnuje situace jako je: vlastní herní neúspěch, ztráta ranku, prohra apod.

Vlastní herní neúspěch považují všichni informanti za náročnou situaci. Nejintenzivněji ji však vnímá informant č.2, který na mou hypotetickou otázku, kdyby se mu dlouhodobě přestalo dařit, odpověděl: „*Nad tím ani nechci přemýšlet. Myslím si, že by mě to strašně štvalo... Asi bych se snažil se do toho nějak znova dostat, i když mě nenapadá proč bych už dobrej nebyl, vlastně mě napadá tak nějaký úraz možná, ale to se snad dej bůh nestane.*“. Opět se zde vracím k tomu k dříve zmíněnému o informantovi č.2 (viz. subkategorie pragmatický přístup), tj. svůj úspěšný herní výkon považuje za velkou součást svého sebevědomí a hry mají v jeho hodnotovém žebříčku vysoké postavení. Neúspěch je pro něj jednou z nejnáročnějších situací i proto, že jeho emoční stabilita ve hře závisí na tom, zda se mu daří či nikoliv, jak sám uvedl: „*Fakt jakože záleží na tom, asi i jak se cítím jestli se mi nějak daří nebo nedaří, většinou bych teda řekl, že se mi spíš daří.*“. Domnívám se, že to může souviset s tím, že mu záleží na potenciálním hodnocení jeho výkonu ostatními hráči, což naznačuje jeho odpověď na otázku, zda ve hře zažívá stres: „*(...) jakože stres možná občas před lidma v tom jestli se mi nějak bude normálně dařit (...)*“.

Informant č.1 na vlastní herní neúspěch reagoval podobně: „*(...) Veľakrát sa mi samozejm nezadará, alebo nehrám tak, ako by som mal, alebo ako by som chcel. Nejde to proste tak dobre, viem, že mám na viac. Najprv ma to aj mrzí, skôr ale keď hrajem s kamarátmi, pretože im takto môžem pokaziť hru. Ale to sa našťastie až tak často nestáva. Každý má takú slabú chvíľu, to je normálne.*“. Na rozdíl od informanta č.2 však hrám nepřikládá takový význam (viz. subkategorie pragmatický přístup).

Informant č.4 o svém vlastním neúspěchu ve hře uvedl: „*(...) rychle se z toho dokážu votřepat a jít dál. Spíš mě to sere tak chvilkově. Ale prostě se snažím jít furt dopředu a snažím se ze sebe vydat nejvíc. (...)*“. Tento výrok poukazuje na jeho celkovou emoční stabilitu, která byla popsána dříve (viz. subkategorie emoční seberegulace) a zároveň na jeho volbu a používání copingových strategií, které budou probrány později (viz. kategorie copingové strategie).

Ztrátu herních úrovní uvedli jako náročnou herní situaci pouze informanti č.2 a č.4. Informanta č.4 byl již citován v souvislosti s podváděním, kdy byl rozzlobený ze ztráty úrovně (viz. subkategorie nevhodné herní chování). Proto zde uvádím pouze tvrzení od informanta č.2: „(...) *ale fakt mě to někdy vnitřně štve, protože pak prostě ztrácíš rank a když chceš rankupovat, tak musíš mít většinou sérii winů po sobě. Takže to mě občas vytáčí, teda to když prohrávám. (...)*“. Z analýzy dat se domnívám, že to souvisí s tím, že oba tito informanti, jak již bylo zmíněno (viz. subkategorie pragmatický přístup), mají hry v hodnotovém žebříčku na vysokém místě a velmi jim na nich záleží. Tuto skutečnost také otevřeně přiznávají, což může souviset s tím, že hře a konkrétně herním rankům přikládají větší důležitost než informanti č.1 a č.3. Dalším možným vysvětlením může být i faktor věku – informanti č.2 (21 let) a č.4 (23 let) jsou mladší než informanti č.1 (28 let) a č.3 (29 let). To může poukazovat na to, že s věkem a zkušenostmi se mohou hodnoty a motivace spojené s hraním těchto her měnit.

Se ztrátou herních úrovní souvisí i prohrávání, které informanti č.2 a č.4 označili za náročnou situaci. Informant č.2 se dle mého názoru jeví jako nejméně emočně stabilní, což se projevuje i v jeho reakcích na prohry: „(...) *třeba jsem pohlál už několik her, tak mě to začne hodně vytáčet... Párkrát se mi jinak stalo, že jsem bouchnul i do stolu, ale v tom už jsem se bohu díky změnil (...)*“. Další náročnou situací pro informanta č.2, která se pojí s prohráváním, je nevyvážené párování hráčů. O této situaci uvedl: „(...) *Jo co mě ještě hodně vytáčí, to je když třeba si zapneš sólo hru a má bejt jakože balancovanej matchmaking a prostě hraješ sám a najednou se podíváš na to, že proti sobě máš full team. To mi přijde jako hodně nespravedlivý. Často jsou to právě ty hry, který člověk prohraje, když jsou prostě všichni spolu, neprijde mi to mi to úplně fér.*“. Toto tvrzení pravděpodobně souvisí s jeho převážným hraním o samotě nebo s jedním kamarádem. Opět se zde také projevuje velká subjektivní důležitost těchto videoher pro informanta č.2.

Informant č.4 se o prohrávání vyjádřil takto: „*Když o tom víc přemýšlím do hloubky, tak se mi párkrát stalo, že sem byl trochu takovej otrávenej z tý hry. To bylo po tom, když jsme jeli už na lose streak a to je vždycky na hovno.*“.

Přestože informant č.3 explicitně neuvedl prohrávání jako náročnou situaci, tak ho zde přesto uvádím, protože v rozhovoru padla o této situaci zmínka:

Tazatel: „*A vnítrně co prožíváš, když prohraješ několik zápasů po sobě?*“

Informant č.3: „*Jsem asi nervózní, nebo nevím a prostě se mi po tom nechce už hrát.*“

Zdá se, že informant č.4 na rozdíl od informanta č.2 nepřikládá prohrávání takový význam. Souvisí to jak s jeho copingovými strategiemi (viz. kategorie copingové strategie), tak se schopností seberegulace (viz. kategorie seberegulace).

Interpersonální výzvy

Tato subkategorie zahrnuje náročné situace vyplývající z interakce s druhými hráči. Patří sem například: sociální srovnávání, potenciální hodnocení ostatními hráči a přítomnost určité národnosti ve hře apod.

Pouze informant č.1 uvedl jako náročnou situaci hráče, kteří se v týmu staví do role lídra. Sám to popisuje takto: „*(...) nerobím veci, ktoré niekto zavelí. Nikto tam proste nie je šéf. Niekedy to možno nie je tímové, ale nebudem robiť nezmyslené veci. Proste prestanem hrať a začnem si robiť iné veci.*“ „*(...) keď mám pocit, že niekto určuje stratégiu a nerobí to dobre. Nie je tam šéf. Nech si šéfuje doma. Ak to pre tím nie je dobré, prečo by som to mal rešpektovať.*“. Vnímán zde souvislost s očekáváním informanta č.1, že všichni hráči mají ve hře rovnocenné postavení. Dokládá to jeho následující tvrzení, které se vztahuje k jinému tématu: „*Lepšie je, ak sme na približne rovnakej úrovni v nejakej hre čo hráme.*“. Je také třeba vzít v úvahu, že nerespektování situačních lídrů, může být způsobeno jejich nekompetentností. Pokud by se tedy vedení ujal kompetentní hráč, tak by s tím informant č.1 pravděpodobně neměl problém.

Srovnávání se s ostatními hráči představuje náročnou situaci pouze pro informanta č.1. Ten uvedl, že se srovnává pouze s hráči, kteří hrají lépe. Při této situaci pociťuje lítost a frustraci, protože si uvědomuje, že nikdy nedosáhne úrovně jako oni. Na otázku, zda se srovnává s ostatními hráči, odpověděl: „*Áno, ak vidím niekoho, kto je lepší ako ja, tak ma to chvíľu mrzí. Hlavne keď si uvedomím, že taký dobrý asi nikdy nebudem. Asi mi viac vadí, ak je to niekto z tímu proti nám. Ale čiastočne mi vadí, aj keď je to niekto z nášho tímu. Tiež mi to nie je úplne príjemné. Lepšie je, ak sme na približne rovnakej úrovni v nejakej hre čo hráme.*“. Domnívám se, že hry, a zejména jeho vlastní výkon jsou pro něj důležitější, než si sám připouští. V souvislosti s hodnotami o sobě tvrdil, že má i jiné hodnoty a hra pro něj

není tak důležitá (viz. subkategorie pragmatický přístup). To však není v souladu s jeho prožíváním této situace, kdy je někdo lepší.

Informant č.2 naopak poznamenal, že se ve hře srovnává, ale nepředstavuje to pro něj náročnou situaci, jak sám uvedl: „(...) *asi jo srovnávám se s ostatníma, ale ne úplně často, nemam z toho nějaký komplex zrovna. Prostě některý hráči jsou lepší než já, maj lepší mechanickej skill, lepší znalost tý hry a tak no...*“.

Informant č.3 uvedl, že se již s ostatními hráči nesrovnává, a proto se domnívám, že je vůči tomu do určité míry resilientní.

Pro informanta č.4 slouží sociální srovnávání jako zrcadlo, podle kterého hodnotí svůj herní výkon v porovnání s ostatními. Popsal to takto: „*No kdybych se nesrovnával, tak bych si vo sobě myslel, že sem topka, ale byl by to třeba pravej vopak.*“.

Velmi specifickou náročnou situací pro informanta č.2 jsou někteří ruští hráči. Uvádí to jako jeden z důvodů (kromě již zmíněných podvádějících hráčů), proč přestal hrát hru Counter Strike 2. Ruské hráče popsal takto: „*Neumí to anglicky, je to hloupý, nadává to, někdy mi fakt přijde, že Csko hraje z toho celkovýho počtu hráčů tak 90 % rusáku.*“ . Lze ji interpretovat jako stereotypizaci a generalizaci Ruského národa ve hře. Informant č.2 má pravděpodobně mnoho negativních zkušeností s ruskými hráči, a proto přestal hrát Counter Strike 2. Jeho vnímání však může být zkreslené a nemusí odpovídat realitě. Je také nutné poznamenat, že se informant č.2 o ruských hráčích ještě dvakrát v rozhovoru zmínil a snažil se svá tvrzení korigovat, jak již bylo uvedeno (viz. subkategorie kognitivní seberegulace). Například uvedl: „*Jakože jiný národy mi až tak nevaděj, ani Rusové mi některý nevaděj, když se chovaj jako lidi a normálně komunikujou.*“

Informant č.3 se v rozhovoru také zmínil o ruských, ale i o tureckých hráčích. V jeho případě se však jednalo spíše o jazykovou bariéru, protože nerozumí jejich mateřskému jazyku. Uvedl o nich toto: „*Debilové jsou ti, kteří mluvěj celej zápas turecky nebo rusky a vůbec netušíš o čem (smích).*“ . Jeho reakce je podle mého názoru pochopitelná, protože komunikace je v těchto hrách klíčová pro úspěch, což mimo jiné potvrzuje i informant č.2: „*myslim, že komunikace je fakt důležitá k tomu, aby člověk vyhrál.*“ .

S tímto posledním citátem souvisí i další náročná situace pro informanta č.2, a to nedostatečná komunikace s náhodnými spoluhráči. Hovoří o tom následujícím způsobem: „(...) *To mě napadlo, že další věc co mi fakt vadí je, že se strašně málo, aspoň z mojich zkušeností komunikuje na vyšších rancích, jakože teď hraju hlavně Overwatch, ale prostě ty jdeš do zápasu třeba sólo a tam nikdo skoro nemluví (...)*“. V jiné části rozhovoru se o tomto opět zmiňuje: „(...) *Tam bych fakt každému doporučil ať vezme kámoše, udělaj partu složenou z 5 a hrávaj jenom tak, taky bych to tak někdy chtěl mít.*“.

10.2.3 Copingové strategie

Tato kategorie navazuje na předchozí kategorii (tj. náročné situace). Popisuje zvládací strategie, které informanti používají v náročných situacích. Lze ji definovat jako uplatňování různých zvládacích strategií v závislosti na subjektivně vnímané stresové (herní) situace. Dělí se na pět subkategorií: *adaptivní copingové strategie, maladaptivní copingové strategie, herní copingové strategie, únikové copingové strategie, emoční copingové strategie.*

Adaptivní copingové strategie

Jedná se o strategie, které představují adekvátní způsoby reagování na náročné situace. Hráč se v takovém případě aktivně snaží řešit problém konstruktivně a efektivně, tedy vhodnými způsoby, které jsou v dané situaci možné. Tyto strategie se zaměřují přímo na řešení problému. Předpokládám, že dlouhodobě podporují psychickou pohodu a minimalizují negativní emoce.

Adaptivní copingové strategie nejčastěji využívá informant č.4. Jeho reakce spočívají především v tom, že se nenechá příliš ovlivňovat negativními událostmi a snaží se pokračovat ve hře. Ilustrují to například následující tvrzení: „(...) *snažim jít furt dopředu a snažim se ze sebe vydat nejvíc (...)*“ „(...) *Musíš bojovat a když to nevyjde tak máš aspoň čistý svědomí, že si to všechno vyzkoušel.*“ „(...) *nemůžeš některý věci ovlivnit tak se nima nezabejvej (...)*“. Za adaptivní byla zařazena i jeho strategie vůči cheaterům, která je velmi vhodná, protože spočívá v tom, že přestane hrát. Sám tuto strategii popisuje takto: „(...) *Jakmile zjistíš, že proti tobě hraje cheater. Hned ho za všechno reportni, otevři si konzoli a napiš do ní +left nebo +right to už je na tobě. Vůbec s tím zmrdem nepiš, oni chtěj tu pozornost, chtěj aby si hrál, aby si chyt ten rage. To jim nesmíš dát. Takhle je ještě zdržíš a*

můžeš si dělat jiný věci (smích). “. S adaptivními copingovými strategiemi u informanta č.4 souvisí i to, že ze všech informantů nejméně prožívá negativní emoce, jak dokládají následující výňatky: „(...) *Spíš mě to sere tak chvilkově (...)*“ „(...) *sem byl trochu takovej votrávenej z tý hry (...)*“. Informant č.4 se tedy jeví jako emočně nejstabilnější (viz. emoční seberegulace) a zároveň nejvíce používá adaptivní copingové strategie.

U ostatních informantů (tj. č.1. č.2 a č.3) se tato subkategorie vyskytovala jen ojediněle a až v poslední části rozhovoru, která se týkala modelových situací. Pro ilustraci uvádím výňatek z rozhovoru s informantem č.1:

Tazatel: „(...) *Představ si situaci, kdy ty a tvůj tým výrazně vyhráváte, ale soupeř začne vyrovnávat, až do té doby, dokud se skóre vyrovná. Jak by si na takovou situaci reagoval a co by si prožíval?*“

Informant č.1: „*Určite to je zlá situácia, ale ja by som sa snažil tím skôr povzbudiť. Proste by som ich tlačil dopredu, aby sa nevzdávali. Aby sme išli do toho. Často sa to dá otočiť. A prežíval by som asi... Neviem... Nejaké chvilkové zklamanie.*“

Během analýzy dat jsem očekával, že informant č.3 bude používat nějaké adaptivní copingové strategie, protože se zdá hned po informantovi č.4 jako nejvíce emočně stabilní. Při revizi kódů jsem však našel zmínku této subkategorie pouze jednou.

U informanta č.2 vnímám jistý nesoulad v odpovědi na modelovou situaci, která se týká vlastního neúspěchu. Odpověděl: „(...) *No nic s tím člověk moc neudělá, prostě hraješ dál a snažíš se zahrát dobře (...)*“. Vzhledem k tomu, že vlastní výkon, je pro tohoto informanta pravděpodobně nejdůležitější (viz. subkategorie herní selhání), tak jeho tvrzení se zdá být v rozporu s tím, co o sobě během rozhovoru uvedl.

Specifické pro informanta č.2 je občasné oceňování soupeřů, které spočívá v tom, že při vlastním neúspěchu nebo prohře ocení výkon protihráčů. Sám to popisuje následovně: „(...) *Dokonce se mi stává to, že i pochválím týpky z druhého týmu, i když třeba vyhrávají, a to si vlastně všímam, že v té době se mi asi nejvíc daří, když dokážu prostě pochválit i druhý tým, i po té prohře klidně.*“ „(...) *přijde mi prostě, že když dokážu ocenit i druhý tým, tak se mi pak víc daří.*“. Na dotaz, zda je toto ocenění upřímné (zda si myslí, že je daný hráč či tým skutečně lepší), odpověděl: „*Hele snažim se nebejt falešnej a když řeknu, že někdo hraje líp*

než já, tak si to v ten daný moment myslím. Možná, že kdybych ho třeba začal zabíjet víc, tak bych možná přehodnotil ten názor, ale i když fakt nevím.“ Tuto strategii jsem zařadil mezi adaptivní, protože souvisí s celkovým oceňováním ostatních dobrých hráčů (viz. subkategorie kognitivní seberegulace). To souvisí s objektivnějším hodnocením vlastního herního výkonu. Ocenění soupeřů může zároveň vést k facilitaci vlastního výkonu a ke snaze vyrovnat se těmto „lepšími“ hráčům, případně je předčit.

Maladaptivní copingové strategie

Tato subkategorie zahrnuje neadekvátní reakce na náročné situace. Jedná se například o vlastní toxické chování či úmyslné sabotování (griefing), nadávání apod.

Všichni informanti kromě informanta č.4 používají nadávky jako copingovou strategii. Informant č.2 je specifický tím, že nadává pouze pro sebe nebo v přítomnosti kamaráda. O jeho emoční nestabilitě tedy nikdo jiný neví, jak sám uvedl: *„(...) Myslím, že by mě nikdo neoznačil za ragera, protože o tom ani nikdo neví, kromě toho kámoše (smích).*“ To platí i pro devalvací ostatních hráčů kterou opět používá pouze informant č.2.

Informant č.1 také nadává pro sebe i před kamarády, přičemž někdy nadávají společně, jak sám uvedl: *„(...) Někedy aj spolu nadávame (smích).*“ Rozdíl mezi ním a informantem č.2 je v tom, že informant č.1 nadává příležitostně i ostatním hráčům. Například v reakci na modelovou situaci s toxickým hráčem uvedl: *„(...) Určite si to nenechám a keď nepomôže dohovárание, tam mu kludne aj vynadám (...).*“

Informant č.3 reaguje podobně jako informant č.1, ale méně často. V reakci na modelovou situaci s toxickým hráčem uvedl: *„(...) tak bych mu vynadal (...) jen si tak můžeš nadávat pro sebe.*“ V jedné části rozhovoru také poznamenal, že na toxického hráče nebo griefera reaguje „výměnou argumentů“ či „normálním rozhovorem“. Zřejmě tím však myslel hádku zahrnující i nadávky, protože jeho tvrzení působilo při rozhovoru jako nadsázka.

Vlastní toxické chování a sabotování hry se vyskytuje pouze u informantů č.1 a č.2 (ovšem u informanta č.2 bez griefingu). U informanta č.1 se projevuje tím, že přestane hrát a začne se například věnovat práci, nebo se ze hry zcela odpojí. Mezi maladaptivní copingové strategie jsem zařadil i situace, ve kterých informant č.1 používá humor, který popsal takto: *„(...) máme s kamarátmi fakt veľkú zábavu při hraní kompetov, robíme blbosti*

aj za cenu prehry (smích). “ „Ked' napríklad nejaký hráč niečo nechtiac pokazí a je to vtipná situácia, tak nás to naštartuje v tej srande (...) “. Humor je v tomto prípade považovaný za maladaptívni, pretože týmto chovaním môže informant ve hře způsobit prohru ostatním spoluhráčům. Domnívám se, že může jít i o obranu svého vlastního ega – hráč se snaží odvrátit hrozbu neúspěchu tím, že situaci odlehčí. Souvislost může být i s tím, že informant č.1 v rozhovoru uvedl snahu nepřipouštět si prohru.

Informant č.2 používá humor jako copingovou strategii, která se projevuje toxickým chováním, protože si dělá legraci z ostatních hráčů toxické chování. Dokonce on sám toto chování označuje za toxické, což dokládá následující citát: „(...) občas jsem trošku toxic i já (smích). Třeba co tam píšu těm Rusákům, i když většina z nich si to stejně zaslouží (...) “. Tuto strategii uplatňuje především vůči ruským hráčům (viz. subkategorie interpersonální výzvy). Dále ji zmínil ve dvou modelových situacích, v nichž se hypotetickému spoluhráči nedařilo. Ilustruje to následující úryvek z jeho odpovědi: „(...) Horší jsou pak ty hráči, který jsou špatný a ještě flamujou ostatní, že voni jsou špatný, tak u těch bych si ho buď mutnul nebo bych si z něho nějakým způsobem udělal srandu, třeba bych mu řekl, že nice stats, nebo cant hear you from bottom (pousmátí). To jsou moje oblíbený fráze u těchto týpků (smích) (...) “. Zesměšňuje tedy hráče, které nepovažuje za rovnocenné. Je však nutné zdůraznit, že tuto strategii pravděpodobně používá pouze proti hráčům, které vnímá jako problematické.

Specifické pro informanta č.2 je, že v minulosti po neúspěchu a prohrách fyzicky bouchal do stolu. Další maladaptivní copingovou strategií tohoto informanta je agrese vůči jeho dobrému kamarádovi, kterou ilustruje následující úryvek z rozhovoru: „(...) Občas se mi stává, že vyjedu i na toho kámoše, ale to se fakt děje už málokdy a snažím se to změnit, ale pak mu vždycky řeknu, sorry, že jsem byl toxic... a tak, on mi vždycky odpustí, doufam (smích) “. Důvodů jeho chování vůči kamarádovi může být několik. Jak již bylo zmíněno, pravděpodobně se jedná o jeho nejlepšího kamaráda, s nímž tráví hodně času. Informant také ví, že s ním i přes jeho chování zůstane kamarád, ačkoliv závěr citátu naznačuje obavu z opuštění. Tato agrese se podobá obrannému mechanismu ega, tzv. přemístění, kdy si jedinec přenáší své negativní emoce vyvolané hrou na náhradní objekt, v tomto případě na kamaráda.

Herní copingové strategie

Tato subkategorie se týká mechanismů přímo integrovaných do hry, které hráč může využít dle svého uvážení. Z analýzy dat vyplynuly tři specifické mechanismy: nahlášení (report), vyhození (kick) a ztišení hráče (mute).

Všichni informanti používají alespoň jeden z těchto mechanismů. Například informant č.3 v případě, že narazí na podvádějícího hráče, použije mechaniku vyhození. Hovoří o tom následovně: „*Tak když se dá, tak ho dám vykopnout, ale to se většinou nepodaří (...)*“. Informant č.1 a č.4 tento mechanismus používají proti toxickým hráčům.

Dalším mechanismem je nahlášení, o kterém se zmínili informanti č.1, č.2 a č.4. Informant č.1 tento mechanismus využívá především proti toxickým hráčům. Informant č.2 jej také používá proti toxickým hráčům, ale i proti podvádějícím hráčům, stejně jako informant č.4. Jako příklad uvádím informanta č.1, který dokonce nahlašovací systém ve hře popsal jako podpurný:

Informant č.1: „*(...) Ale niekedy, keď reportnem v Overwatchi takýchto blbcov, tak potom keď zapnem hru mi napíšeick, že mi ďakujú za report, tak to ma poteší (smích)*“

Tazatel: „*Mhmm, takže reportovací systém ti taky trochu pomáhá s vnitřním napětím?*“

Informant č.1: „*Môžem povedať, že áno. Vlastne sa tým akoby niekomu vyrožprávaš. Nevieš sice, či to pomôže, že ho potrestajú. To nikdy nevieš, ale poteší to a pomáha mi to.*“

Posledním mechanismem je ztišení hráče. Zmínili se o něm pouze informanti č.2 a č.4. Informant č.4 tento mechanismus používá při sebemenším vyrušování ze strany soupeřů. V rozhovoru uvedl: „*Jakmile bych cejtil jenom náznak toho, kdyby se mi nelíbilo co píše druhý tým, tak hned mute. Nenechám se distractovat od hry.*“. Tuto strategii v této situaci vnímám jako adekvátní. Souvisí to také s tím, že informant č.4, jak již bylo dříve popsáno, působí jako nejstabilnější a nejzkušenější hráč. To odpovídá i jeho emoční stabilitě (viz. subkategorie emoční seberegulace) a používání adaptivních copingových strategií (viz. subkategorie adaptivní copingové strategie).

Informant č.2 v modelové situaci, která popisovala jeho hypotetický neúspěch a následné nadávky ze strany spoluhráčů, odpověděl: „*(...) No nic s tim člověk moc neudělá,*

prostě hraješ dál a snažíš se zahrát dobře, ideální je možná si ty teammaty mutnout, na to máš většinou tlačítko v tý hře a jedeš si prostě svojí hru a neřešíš nic (...)“.

Závěrem lze říci, že informanti všechny zmíněné herní mechanismy používají v relevantních situacích, a proto je pravděpodobně používají vhodným způsobem a nezneužívají je.

Únikové copingové strategie

Tuto subkategorii lze definovat jako vykonávání jiných aktivit, než je hraní online FPS týmových videoher. Patří sem například hraní jiných her, sledování filmů nebo jakákoli jiná činnost.

Všichni informanti tuto strategii využívají, ale z různých důvodů. Informant č.3 ji používá ze všech nejčastěji. Pokud se ve hře setká s podvádějícím či sabotujícím hráčem nebo prohrává, tak občas hru vypne a začne dělat něco jiného. Ilustrují to následující výroky: *„(...) občas se naštvu a mám chuť to vypnout. Když se to už moc často opakuje tak si zapnu jinou hru, nebo jdu koukat Netflix.“*, *„Párkrát ještě zkusím vyhrát a když to nejde tak se na to vyseru a neřeším to.“* V odpovědi na modelovou situaci s potenciální prohrou uvedl: *„(...) Jsem spíš takovej, že už to po deseti vteřinách neřeším a jdu dělat něco jinýho nebo si zapnu další zápas.“* Z hlediska interpretace se domnívám, že tyto reakce jsou vhodné, protože informant se věnuje jiným aktivitám (například hraním jiných her), aby minimalizoval negativní dopady náročných situací. Informant č.3 tak chrání své duševní zdraví tím, že ukončí hraní a zabrání prohlubování negativních emocí.

Informant č.2 tuto strategii naopak využívá jen zřídka, jak sám uvedl: *„(...) někdy se mi stává, že to třeba vypnu i po třech prohrách, prostě si řeknu kašlu na to, a jdu se třeba na něco dívat, nebo se jdu něco naučit (...)“*. Z jeho dalších vyjádření však vyplývá, že i po několika prohrách většinou hraje dál. Domnívám se, že to může být způsobeno jeho emoční nestabilitou a osobností, které tyto výkyvy ovlivňují.

Informant č.1 naopak v minulosti přestal hrát na delší dobu, protože se mu ve hře nedařilo a záleželo mu na hodnocení jeho výkonu ostatními hráči. Popsal to takto: *„(...) Viem, že som po pár dňoch cítil úzkosť a to som prestal niekoľko dní úplne hrávať. To bolo fakt zlé. (...) Nedarilo sa mi, aj keď som sa fakt snažil. Vtedy jako som povedal som mal jeden*

populárny československý server a veľmi mi záležalo na tom, jako na mňa hráči pozerajú. Proste to k tomu tak patrí, ten skill. “.

Informant č.4 uvedl, že když prohrává, tak si obvykle zapne jinou hru s kamarády nebo začnou diskutovat na Discordu, jak sám tvrdí: „(...) *Spíš si zapnem jinou hru, nebo dáme nějakou debatičku na Discordu (smích).*“

Všechny informanty spojuje to, že by si v případě neúspěchu našli jinou videohru (což je v této práci klasifikováno jako úniková copingová strategie), ve které by se snažili zlepšit. Nejlépe to ilustruje následující úryvek z rozhovoru s informantem č.4:

Tazatel: „*A kdyby ses nějak zhoršil a už by ti to v tý hře nešlo tak co bys dělal?*“

Informant č.4: „*To by se mohlo stát jo. Nevim co bych dělal, nepřemejšlel jsem nad tim... No kdybych se asi úplně zhoršil, tak bych asi už tu hru nechtěl hrát. Zkusil bych se dostat na nějakou vysokou úroveň v jiný gamese.*“

Z toho vyplývá, že na svém herním výkonu informantům velmi záleží, což souvisí s jejich motivací k hraní těchto her (viz. kategorie motivace).

Emoční copingové strategie

Tato subkategorie, i když se u informantů vyskytuje jen zřídka, byla vytvořena, aby zahrnovala strategie zaměřené výhradně na snížení dopadu negativních emocí. Konkrétně se jedná o autogenní trénink a mazlení se se psem.

Do této subkategorie lze zařadit pouze informanty č.1 a č.2

Informant č.1 uvedl, že v minulosti používal autogenní trénink ke zmírnění úzkosti. Ta byla vyvolaná dlouhodobým neúspěchem ve hře a obavami z hodnocení jeho výkonu ostatními hráči, jak sám uvádí: „(...) *Ešte ma teraz napadlo, že som ešte dávno hrával TF2 a mal som také horšie obdobie v hre. Nehrával som to ale súťažne. Viem, že som po pár dňoch cítil úzkosť a to som prestal niekoľko dní úplne hrávať. To bolo fakt zlé. Vtedy som aj skúšal nejakú relaxáciu pred spaním, to som sa naučil ešte na strednej škole. Nejaký autogénny tréning, to mi vtedy asi pomohlo.*“. Na otázku, zda autogenní trénink používá i v současnosti odpověděl: „*Asi málokedy, skôr som to využíval ešte počas výšky. Keď som mal nejaké ťažšie skúšky a tak*“. Z jeho vyjádření vyplývá, že tuto relaxační techniku nadále využívá.

Pravděpodobně se mu osvědčila, protože ji vyzkoušel v běžných stresových situacích a následně ji aplikoval i ve hře.

Informant č.2 uvedl, že mu po herním neúspěchu nebo prohře pomáhá mazlení se psem. Sám to popisuje těmito slovy: „(...) *tak mě napadlo, že mi pomáhá pejsek (...) na uklidnění, máme takovýho menšího pejška už třetím rokem a prostě to je tak hodnej pes, s ním můžeš dělat cokoliv. Tak většinou se s ním jdu pomazlit, třeba po tom když mam špatnou náladu, nebo tak (...) Prostě přijdeš úplně na jiný myšlenky a vůbec to už neřešíš.*“. Tato strategie je zajímavá, protože lidová moudrost pravdivě říká, že „pes je nejlepším přítelem člověka“. Domnívám se, že pes slouží jako forma emoční podpory, která alespoň dočasně odpoutá pozornost od negativních myšlenek a emocí spojených se hrou. Také mu poskytuje lásku a bezpodmínečné přijetí.

10.2.4 Motivace

Tato kategorie se zabývá hlavními motivy, které informanti považují za důležité při hraní online FPS týmových videoher. Motivace pravděpodobně souvisí s jinými kategoriemi a ovlivňuje je.

Z analýzy dat vyplynulo, že e-sport je významným motivačním faktorem, protože všichni informanti aktivně sledují nebo v minulosti sledovali tuto oblast. S výjimkou informanta č.3 mají všichni oblíbené profesionální hráče, kteří je dodnes inspirují. Informant č.2 v rozhovoru uvedl bývalého amerického profesionálního hráče a současného streamera Shrouda, kterého popsal následovně: „*Neřekl bych, že úplně vzor jakože jako člověk..., ale jako prostě fakt dobrej hráč. Sledoval jsem ho ještě když byl v Cloud 9 v týmu za Csko, a byl to fakt god, i když už nehraje profesionálně tak je furt strašně insane. Ted' si občas zapnu jen když streamuje (...)*“. Někteří jeho kamarádi ho oslovují jménem Shroud, což v něm vyvolává radost a hrdost, jak sám tvrdí: „*(...) říkaj mi občas, že jsem jako shroud anebo i třeba nějakýho jinýho pro hráče. To se mi fakt líbí (smích). Hřeje mě to u srdíčka (smích).*“.

Informant č.1 zmínil bývalého slovenského profesionálního hráče Guardianu o kterém uvedl: „*(...) je to asi jeden z najlepších hráčov v okolí, aj keď teraz už profesionálne nehráva. Proste na mňa pôsobí dosť kľudne, príde mi, že má stále veci pod kontrolou. Chcel by som v tomto fungovať ako on.*“

Informant č.4 naopak uvedl, že za své oblíbené považuje téměř všechny profesionální hráče. Ilustruje to následující úryvek z rozhovoru:

Tazatel: „*Mhm, keď se ťe zeptám na ty pro hráče. Máš nějakýho oblíbeného hráče z esportu?*“

Informant č.4: „*Ty vole všetky (smích). Nevim jestli ti tady mam vyjmenovat všetky soupisky.*“

Na základě těchto informací lze konstatovat, že alespoň u tří informantů (č.1, č.2 a č.4) pravděpodobně dochází k určité identifikaci se současnými či bývalými hráči profesionální scény. Identifikace může podpořit zvýšení motivace a vést k podávání lepších herních výkonů. Důsledkem toho jsou vysoké herní úrovně, které mohou informantům zvyšovat sebevědomí. Domnívám se, že tyto hry tvoří pro všechny informanty významnou součást jejich identity. Z psychologického pohledu lze tento jev popsat mechanismem sociálního učení – informanti se identifikují s profesionálními hráči (modely) a napodobují od nich vybrané pro ně atraktivní vzorce chování. Příkladem je již zmíněný informant č.1, který oceňoval osobnostní rysy svého oblíbeného hráče Guardiana a uvedl, že by chtěl být jako on.

Dalším faktorem souvisejícím s e-sportem, který se projevuje u všech informantů, je učení se hraní pomocí sledování profesionálních zápasů a aktivních i bývalých profesionálních hráčů. Tuto skutečnost dokládá výrok od informanta č.1: „*(...) Hráči sa môžu dosť naučiť od skúsených profesionálov, hlavne taktiku v hre. Myslím si, že okrem vlastného hrania som sa dosť naučil aj keď som pozeral profesionálne zápasy ostatných (...)*“. Z psychologického hlediska to lze charakterizovat jako observační učení – informanti sledují a napodobují například herní strategie a styly profesionálních hráčů, které se jim zdají úspěšné.

Dalšími identifikovanými motivačními faktory jsou především zábava a vyhrávání. Tyto dva faktory nelze striktně oddělit, ale u informanta č.2 jasně převažuje výhra. Ten o tom uvedl následující informace: „*Vlastně když nad tím tak přemýšlím, tak určitě výhra. Jakože zábava je taky dost důležitá, asi bych to ani úplně nerozděloval, ale když tak uvažuju, tak občas se mi stane, že pokud prohrávám, a byl to i třeba fakt dobrej zápas, tak si pak*

zpětně řeknu, že to bylo blbý nebo i ztráta času, protože jsem prohrál. Takže fakt pro mě je asi ta výhra důležitější o něco. Celkově se hodně snažím vyhrávat, někdy bych fakt řekl, že za každou cenu (...)“. Z analýzy dat vyplývá, že je tento informant pravděpodobně velmi orientovaný na výkon, což může souviset s již dříve zmíněným (viz. subkategorie pragmatický přístup) – úspěch ve hrách je pro něj významnou součástí sebevědomí a identity a hry jsou v jeho hodnotové hierarchii na vysokém místě.

U ostatních tří informantů jsou tyto dva motivační faktory zhruba rovnocenné, tedy ani zábava, ani vyhrávání u nich výrazně nepřevažuje. Pro ilustraci uvádím část rozhovoru s informantem č.1:

Tazatel: *„Ted' bych se tě chtěl zeptat, jestli máš nějaký konkrétní cíl, když si jdeš zahrát kompetitivní zápas?“*

Informant č.1: *„No v prvom rade by som sa chcel aspoň trochu zabaviť s dobre zohratým tímom. A jasné že vyhrávať. Kto by nechcel vyhrať (smích).“*

Tazatel: *„Takže je pro tebe zábava tím primárním motivem?“*

Informant č.1: *„Asi áno, ale je to skôr pol a pol, zabaviť sa a vyhrať.“*

Pokud jde o změnu motivace v průběhu času, informanti č.1 a č.4 uvedli, že na začátku své herní kariéry brali tyto hry vážněji, ale s přibývajícím věkem se jejich přístup změnil. U informanta č.2 byl zaznamenán odlišný vývoj. Zpočátku tyto hry hrál spíše pro zábavu, ale poté si zřejmě uvědomil svůj herní úspěch, což mohlo ovlivnit jeho postoj k těmto hrám, které začal vnímat vážněji. Informant č.3 naopak o změně své motivace uvedl: *„Jak dítě jsem se určitě chtěl víc ukázat před kamarádama, ale teď už mi na tom tak nezáleží.“* Lze předpokládat, že mu v minulosti více záleželo na hodnocení od ostatních, což implikuje, že byl více orientován na vyhrávání.

10.2.5 Blízký spoluhráči

Tato kategorie je definována jako podpora blízkých spoluhráčů směrem k subjektu (tedy vůči jednotlivým informantům), ale zároveň i směrem k objektu (tedy k blízkým spoluhráčům od informantů). Blízkými spoluhráči jsou pro informanty přátelé z osobního i virtuálního života.

Všichni informanti hrají týmové FPS videohry spíše s blízkými spoluhráči. Informanti se však liší počtem těchto přátel a intenzitou hraní s nimi. Informant č.1 hraje převážně s jedním nebo dvěma kamarády, které sobě považuje za názorově a hodnotově podobné. Informant č.2 hraje občas pouze s jedním dobrým kamarádem, vůči kterému se, jak již bylo zmíněno, někdy chová agresivně. Informant č.3 hraje příležitostně se dvěma nebo více kamarády. Informant č.4 hraje téměř vždy s pěti kamarády, se kterými má vytvořený tým. Důvodem pro preferování hraní s blízkými spoluhráči může být například vzájemná podpora, větší respekt, uznání a zábava, ale i vyšší úspěšnost ve vyhrávání, která souvisí s vyššími in-game ranky. Některé z těchto důvodů uvedl i informant č.4: „*Jo podporujeme se. Je to prostě pohodička hraješ si, máš u toho kopec srandy, ještě k tomu i vyhráváš, kecáte celou dobu a tak.*“

Každý z informantů uvedl, že se během hraní může spolehnout na podporu svých blízkých spoluhráčů. Nejlépe to dokládají tvrzení od informantů č.1 a č.4. Informant č.1 poznamenal: „*(...) Niekedy stačí pochvala od kamaráta, hneď sa cítim lepšie, alebo keď vidím, že ma chápe.*“. Informant č.4 uvedl následující informace: „*(...) Prostě hraješ a druhý hráč tě ownuje, protože je třeba v tom matchi lepší než ty, tak tě to přirozeně nasere, ale kámoši tě vyslechnou a hlavně když se ti pak něco podaří třeba zandáš nějaký hustý kolo, tak ti řeknou, že seš fakt topka a to tě nastartuje a pak už to bombíš dál. Úplně zapomeneš na to, že ti to nešlo a už se jenom soustředíš na to, abys zahrál co nejlíp a hlavně abys vyhrál.*“. Domnívám se, že blízcí spoluhráči mohou působit jako preventivní faktor proti vzniku problematického chování (například chování spadajícího do subkategorie maladaptivní copingové strategie), dále mohou zmírňovat dopady negativních emocí a facilitovat herní výkon informantů. Míra podpory se u jednotlivých informantů pravděpodobně liší. Důvodem rozdílů může být například počet blízkých spoluhráčů, doba strávená hraním s nimi, chování a jednání blízkých spoluhráčů vůči informantům a chování a jednání informantů vůči blízkým spoluhráčům. Vliv zde jistě hraje i mnoho dalších faktorů.

Podpora směrem k objektu (situace kdy informant podporuje své blízké spoluhráče) se projevuje především u informantů č.3 a č.4. Informant č.3 o sobě tvrdí, že spíše on „uklidňuje své kamarády“. U informanta č.4 to nejlépe ilustruje následující výrok: „*(...) Říkam to kámošům, jakmile na tebe tohle dolehne, tak to řekni v týmu a já nebo druhý kámoši se o*

něho postaráme. Bohatě stačí ten care a si v pohodě (...)“. Na základě analýzy dat se domnívám, že tyto výroky odpovídají klidné povaze obou informantů a jejich reakcím i volbě copingových strategií.

11 Diskuse

Tato bakalářská práce si kladla za cíl identifikovat a popsat schopnost seberegulace a copingové strategie u zkušených hráčů online FPS týmových videoher. Výsledky výzkumu jsou stručně shrnuty skrze pět vytvořených kategorií (seberegulace, náročné situace, copingové strategie, motivace, blízký spoluhráči) a propojeny s teoretickou částí. Centrální výzkumná otázka (jakou mají zkušení hráči schopnost seberegulace jaké copingové strategie používají) je zodpovězena v odstavcích o seberegulaci a copingových strategiích. První doplňující otázka (jaké faktory ovlivňují seberegulaci a copingové strategie) je popsána v odstavcích o náročných situacích a blízkých spoluhráčích. Druhá doplňující otázka (jaká je motivace hráčů ke hraní těchto her) je popsána v odstavci o motivaci.

Seberegulace hraje u informantů klíčovou roli v tom, jak zvládají náročné situace a jaké copingové strategie při nich využívají. Výsledky poukazují na to, že informanti č.3 a č.4 na rozdíl od informantů č.1 a č.2 disponují lepší schopností seberegulace. Tato odlišnost je mezi informanty pravděpodobně zapříčiněna osobnostními rysy. Vyšší úroveň schopnosti seberegulace se zejména u informanta č.4 projevuje ve volbě adaptivních copingových strategií. Důvodem, proč informant č.3 (přestože má vyšší úroveň seberegulace) nevyužíval adaptivní copingové strategie, může být jeho tendence spíše používat únikové copingové strategie. Informanti č.1 a č.2 častěji používají maladaptivní copingové strategie, což může souviset s jejich nižší úrovní schopnosti seberegulace. Přestože se informanti liší v schopnosti seberegulace a používání copingových strategií, tak přesto jsou všichni ve hře úspěšní a dosahují vysokých herních úrovní. Tento výsledek není zcela v souladu s výsledky studie Trottera et al. (2023), která naznačuje, že hráči s vyšší úrovní schopnosti seberegulace podávají lepší herní výkony. Tento rozpor lze vysvětlit několika faktory. Prvním z nich je operacionalizace schopnosti seberegulace. Ve zmíněné studii se měří pomocí dotazníku, zatímco v této práci se zkoumá prostřednictvím polostrukturovaného rozhovor. S tím souvisí i to, že zmíněná studie používá kvantitativní design, ale tato práce je naopak kvalitativní. Druhým faktorem je měření herního výkonu, který je ve zmíněné studii měřen přímo ve hře, zatímco tato práce se spoléhá pouze na výpovědi o vlastních herních výkonech a dosažených in-game rancích. Třetím faktorem může být to, že i hráč s nižší úrovní schopnosti seberegulace, který více používá maladaptivní copingové strategie (jako je informant č.2),

tyto nedostatky kompenzuje například zvýšenou motivací vyhrávat a vysokou mírou soutěživosti. Domnívám se, že nižší úroveň schopnosti seberegulace a častější užívání maladaptivních copingových strategií by mohly mít na profesionální úrovni výrazný negativní dopad na samotného hráče i na celý tým.

Tři identifikované typy copingových strategií (tj. adaptivní, maladaptivní a emoční) přibližně korespondují s původní klasifikací od Lazaruse a Folkmanové, později rozšířené Carverem a Weintraubem (Baqtayan, 2015). Adaptivní copingové strategie jsou přitom v zásadě shodné s jejich copingem zaměřeným na problém, maladaptivní copingové strategie lze označit za dysfunkční coping a emoční copingové strategie souvisejí s copingem zaměřeným na emoce. Tato zjištění jsou také v souladu s výzkumem Smitha et al. (2019), kde autoři používají shodné termíny, tedy coping zaměřený na problém pro adaptivní copingové strategie, coping zaměřený na emoce pro emoční copingové strategie. Určitou podobnost lze spatřit i ve strategii vyhýbání, která zhruba odpovídá únikovým copingovým strategiím. Smith et al. (2019) uvádějí ještě další dvě copingové strategie: přístup a hodnocení. V této práci by se obě strategie daly zařadit pod schopnost seberegulace. Strategie přístupu je totiž podle autorů dlouhodobá a organizovaná, což se z části shoduje s pojetím seberegulace v této práci. Strategie hodnocení se naopak vyznačuje přehodnocením situace, což je v této práci pojato jako součást subkategorie kognitivní seberegulace. Samostatnou copingovou strategií, která se nachází pouze v této práci a nelze ji propojit s žádnou klasifikací z teoretické části, jsou herní copingové strategie. Tyto strategie spočívají v herních mechanismech (například nahlášení hráče). Jedná se o specifický typ copingu, který se vyskytuje výhradně v online herním prostředí. Jsou to neutrální strategie, protože hráči mohou využít tyto mechanismy s dobrými (například nahlášení podvádějícího hráče) nebo i zlými (například vyhození hráče, kterému se nedaří) úmysly. Všichni čtyři informanti tyto strategie pravděpodobně využívají s dobrým úmyslem. Budoucí výzkum by mohl prozkoumat tuto oblast a zjistit například, jaké psychologické dopady mají tyto mechanismy na hráče.

Náročné situace, které informantům způsobují jisté potíže, jsou různorodé a poměrně početné. Vyvolávají u nich negativní emoce, jako je hněv nebo frustrace. K nejčastěji zmiňovaným patří subkategorie nevhodné herní chování (podvádění, toxické chování,

úmyslné sabotování) a vlastní herní neúspěch. Tyto výsledky se částečně shodují se dvěma stresory, které identifikovali ve studii Kou a Gui (2020). Jedná se o emoční prožitek neúspěchu, který do jisté míry odpovídá vlastnímu hernímu neúspěchu, a stresor týkající se chování spoluhráčů, který je podobný, ale širší než subkategorie nevhodné herní chování. Poulus et al. (2020) naopak odhalili stresor antisociálního chování, který je pravděpodobně synonymem toxického chování. Poulus et al. (2022c) dále zjistili, že neprofesionální hráči (kterými jsou i informanti v této práci) častěji uvádějí stresory související s chováním ostatních hráčů než se svým vlastním výkonem. Tento trend se částečně projevuje i v této práci.

Hlavními motivačními faktory u informantů jsou e-sport, vyhrávání a zábava. Vliv e-sportu se u informantů projevuje především ve sledování profesionálních zápasů a bývalých či současných profesionálních hráčů. Informanti často uváděli, že e-sport jim slouží jako inspirace a zdroj nových herních znalostí a dovedností. U většiny informantů se také objevuje určitá identifikace s některým z aktivních či bývalých profesionálních hráčů. Z hlediska vývoje herní kariéry se informanti pravděpodobně nacházejí mezi první (radost ze hry) a druhou fází (intenzivní úsilí) Stage Theory Modelu Kima a Thomase (2015), protože jejich herní úroveň je mnohem vyšší než u běžných hráčů a zároveň oscilují mezi motivy zábavy a soutěživosti a rovněž nejsou profesionály. Vyhrávání a zábava jsou klíčové motivy, které již byly mimo jiných motivačních faktorů identifikovány v mnoha studiích (Demetrovics et al., 2011; Jansz & Tanis, 2007; Olson & Kutner, 2008, jak cituje Květon, 2020)

V neposlední řadě výsledky této práce poukazují na významnou roli blízkých spoluhráčů v podpoře informantů, kteří mohou pozitivně ovlivnit náročné situace, s nimiž se informanti setkávají. Domnívám se, že blízcí spoluhráči mohou sloužit jako protektivní faktor před prohlubováním negativních emocí a problematického chování informantů.

12 Limity výzkumu

Téma této práce je v současné odborné literatuře poměrně vzácné. Z toho důvodu bylo obtížné nalézt dostatek relevantních informací, které by sloužily jako východisko pro můj výzkum. Dalším limitem je i metoda sběru dat, kterým byl polostrukturovaný rozhovor, a zejména samotné otázky, které jsem vytvořil. Některé z nich mohly vést informanty k předem určeným odpovědím, což mohlo ovlivnit kvalitu získaných dat. Vhodné by bylo také rozšířit a upravit repertoár otázek pro jednotlivé zkoumané oblasti. Žádoucí by také bylo kombinovat metodu rozhovoru s dalším zdrojem dat, například s metodou pozorování, kvůli triangulaci a validitě dat. Vzhledem k tomu, že jsem sám hráčem těchto videoher, tak nedostatkem mohou být i mé prekoncepty.

13 Závěr

Cílem práce bylo zjistit, jakou mají zkušení hráči online FPS týmových videoher schopnost seberegulace a jaké copingové strategie používají. Tento cíl se dle mého názoru podařilo z velké části naplnit.

V teoretické části byla představena klíčová témata a relevantní výzkumy. Snažil jsem se tuto část strukturovat a propojit ji s empirickou částí co nejvhodněji. Struktura teoretické části byla zvolena tak, aby logicky navazovala a vysvětlovala jednotlivá obecná témata od videoher, přes žánr FPS, e-sport až po specifická psychologická témata, jako jsou motivace, seberegulace a copingové strategie.

Empirická část byla realizována prostřednictvím kvalitativního výzkumného designu, konkrétně se jednalo o polostrukturované rozhovory s využitím tematické analýzy. Získaná data byla následně analyzována, deskriptivně prezentována a interpretována.

Přínos bakalářské práce spočívá především v prozkoumání a popisu oblasti seberegulace a copingových strategií u zkušených FPS hráčů. Tato práce může zároveň sloužit jako inspirace pro další výzkumy.

Seznam použitých informačních zdrojů

- ActivePlayer.io. (n.d.). *Overwatch 2 Live Player Count and Statistics*.
<https://activeplayer.io/overwatch-2/>
- Adamus, T. (2012). Playing computer games as electronic sport: In search of a theoretical framework for a new research field. In J. Fromme, & A. Unger (Eds.), *Computer games and new media cultures* (s. 477-490). New York: Springer.
- Arora, K. (2023, 17. listopadu). *The Gaming Industry: A Behemoth With Unprecedented Global Reach*. Forbes.
<https://www.forbes.com/councils/forbesagencycouncil/2023/11/17/the-gaming-industry-a-behemoth-with-unprecedented-global-reach/>
- Bartle, R. (1996). Hearts, clubs, diamonds, spades: Players who suit MUDs. *Journal of MUD Research*, 1(1), 1-19.
- Basler, J. (2016). Počítačové hry, jejich dělení, současné tendence vývoje a základní výzkumná šetření z oblasti počítačových her. *Trends in Education*, 9(1), 20-27. DOI:10.5507/tvv.2016.003
- Baqutayan, S. M. S. (2015). Stress and Coping Mechanisms: A Historical Overview. *Mediterranean Journal of Social Sciences*, 6(2 S1), 479.
<https://doi.org/10.5901/mjss.2015.v6n2s1p479>
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Brevers, D., King, D. L., & Billieux, J. (2020). Delineating adaptive esports involvement from maladaptive gaming: A self-regulation perspective. *Current Opinion in Psychology*, 36, 141-146. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2020.07.025>
- Burman, J. T., Green, C. D., & Shanker, S. (2015). On the Meanings of Self-Regulation: Digital Humanities in Service of Conceptual Clarity. *Child Development*, 86(5), 1507-1521. <https://doi.org/10.1111/cdev.12395>
- Carnagey, N. L., & Anderson, C. A. (2004). Violent video game exposure and aggression: A literature review. *Minerva Psichiatrica*, 45(1), 1-18.

- Deleuze, J., Christiaens, M., Nuyens, F., & Billieux, J. (2017). Shoot at first sight! First person shooter players display reduced reaction time and compromised inhibitory control in comparison to other video game players. *Computers in Human Behavior*, 72, 570–576. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.02.027>
- Demetrovics, Z., Urbán, R., Nagygyörgy, K., Farkas, J., Zilahy, D., Mervó, B., Reindl, A., Ágoston, C., Kertész, A., & Harmath, E. (2011). Why do you play? The development of the motives for online gaming questionnaire (MOGQ). *Behavior Research Methods*, 43(3), 814–825. <https://doi.org/10.3758/s13428-011-0091-y>
- Dillon, R. (2011). *The golden age of video games: The Birth of a Multibillion Dollar Industry*. CRC Press.
- Duckworth, A. L., & Kern, M. L. (2011). A meta-analysis of the convergent validity of self-control measures. *Journal of Research in Personality*, 45(3), 259–268. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2011.02.004>
- Egenfeldt-Nielsen, S., Smith, J.H., & Tosca, S.P. (2024). *Understanding Video Games: The Essential Introduction* (5th ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781003274995>
- Eigsti, I., Zayas, V., Mischel, W., Shoda, Y., Ayduk, O., Dadlani, M. B., Davidson, M. C., Aber, J. L., & Casey, B. (2006). Predicting cognitive control from preschool to late adolescence and young adulthood. *Psychological Science*, 17(6), 478–484. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.2006.01732.x>
- Esports Charts. (n.d.). *Top games*. <https://escharts.com/top-games?order=peak>
- Esposito, N. (2005). A short and simple definition of what a videogame is. *Digital Games Research Association Conference*, 3. http://nicolasesposito.fr/publications_fichiers/esposito2005definition.pdf
- Hartl, P. (2004). *Stručný psychologický slovník*. Portál.
- Hong, H. J., & Connelly, J. (2022). High e-performance: Esports players' coping skills and strategies. *International Journal of Esports*, 2(2). <https://www.ijesports.org/article/93/html>
- Howarth, J. (2024, 11. června). How many gamers are there? (New 2024 statistics). *Exploding Topics*. <https://explodingtopics.com/blog/number-of-gamers>

- Irwin, S. V., Naweed, A., & Lastella, M. (2023). Consuming esports and trash talking: how do social norms and moderating attributes influence behaviour? *Sport in Society*, 27(1), 14–32. <https://doi.org/10.1080/17430437.2023.2200732>
- Jansz, J., & Tanis, M. (2007). Appeal of playing online first person shooter games. *CyberPsychology & Behavior*, 10(1), 133–136. <https://doi.org/10.1089/cpb.2006.9981>
- Karthikeyan, K. (2024, 30. dubna). *The evolution of first person Shooter (FPS) games*. Gameopedia. <https://old.website.gameopedia.com/evolution-of-first-person-shooter-fps-games/>
- Gestsdottir, S., & Lerner, R. M. (2008). Positive Development in Adolescence: The development and Role of Intentional Self-Regulation. *Human Development*, 51(3), 202–224. <https://doi.org/10.1159/000135757>
- Kim, S. H., & Thomas, M. K. (2015). A Stage theory model of professional video game players in South Korea: The socio-cultural dimensions of the development of expertise. *Asian Journal of Information Technology*, 14(5), 176–186.
- Kou, Y., & Gui, X. (2020). Emotion Regulation in eSports Gaming: A Qualitative Study of League of Legends. *Proceedings of the ACM on Human-Computer Interaction*, 4(CSCW2). <https://doi.org/10.1145/3415229>
- Květon, P. (2020). *Hraní videoher v dětství a dospívání: Dopady a souvislosti v sociálně-psychologické perspektivě*. Grada.
- Lukavská, K. (2016). *What makes a reasonable player: self-regulation, time perspective and habits in online gaming* (disertační práce). Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta. <http://hdl.handle.net/20.500.11956/79325>
- Ma, H., Wu, Y., & Wu, X. (2013). Research on essential difference of e-sport and online game. In W. Du (Ed.), *Informatics and management science V* (s. 615-621). London: Springer.
- Mareš, J., Kebza, V., & kol. (2024). *Psychologie zdraví*. Grada.
- Matsumoto, D. (2009). *The Cambridge Dictionary of Psychology*. Cambridge University Press.

Mischel, W., Shoda, Y., & Rodriguez, M. L. (1989). Delay of Gratification in Children. *Science*, 244(4907), 933-938. <https://doi.org/10.1126/science.2658056>

Paulík, K. (2017). *Psychologie lidské odolnosti* (2.) Grada.

Poulus, D., Coulter, T. J., Trotter, M. G., & Polman, R. (2020). Stress and coping in esports and the influence of mental toughness. *Frontiers in Psychology*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00628>

Poulus, D. R., Coulter, T., Trotter, M., & Polman, R. (2022c). Perceived stressors experienced by competitive esports athletes. *International Journal of Esports*, 1(1), 73. <https://www.ijesports.org/article/73/html>

Prystav, G. (1981). Psychologische Copingforschung: Konzeptbildungen, Operationalisierungen und Messinstrumente. *Diagnostica*, 27(3), 189-214.

Rogers, R. (2019). *Understanding esports: An Introduction to the Global Phenomenon*. Rowman & Littlefield.

Seo, Y. (2016). Professionalized consumption and identity transformations in the field of eSports. *Journal of Business Research*, 69, 264-272.

Shliakhovchuk, E., Oliynyk, R., & García, A. M. (2021). Gen Zers' video game preferences and learning outcomes: toward designing better games. *International Journal of Technology Enhanced Learning*, 13(2), 208-236. <https://doi.org/10.1504/ijtel.2021.114075>

Smith, M. J., Birch, P. D. J., & Bright, D. (2019). Identifying stressors and coping strategies of elite esports competitors. *International Journal of Gaming and Computer-Mediated Simulations*, 11 (2), 22-39. <https://doi.org/10.4018/IJGCMS.2019040102>

Suchá, J., Dolejš, M., Pipová, H., Maierová, E., & Cakirpaloglu P. (2018). Hraní digitální her českými adolescenty. Univerzita Palackého v Olomouci. DOI: 10.5507/ff.18.24454245

Steam Charts. (n.d.). <https://steamcharts.com/>

Trotter, M. G., Obine, E. a. C., & Sharpe, B. T. (2023). Self-regulation, stress appraisal, and esports action performance. *Frontiers in Psychology*, 14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1265778>

Vohs, K. D., & Baumeister, R. F. (2004). Understanding self-regulation. In K. D. Vohs & R. F. Baumeister (Eds.), *Handbook of self-regulation: Research, theory, and applications* (s. 1–9). The Guilford Press.

Wagner, M. G. (2006). On the Scientific Relevance of eSports. *International Conference on Internet Computing*, 437–442.

https://www.researchgate.net/profile/Michael_Wagner12/publication/220968200_On_the_Scientific_Relevance_of_eSports/links/00b4952589870231be000000.pdf

Yee, N. (2006). Motivations for play in online games. *CyberPsychology & Behavior*, 9(6), 772–775.

Seznam příloh

Příloha 1 – přepis rozhovorů