

## **Abstrakt**

**Název:** MOTIVACE PŘI NÁVRATU PO ZRANĚNÍ U VÝKONNOSTNÍCH HRÁČŮ TENISU

**Cíle:** Cílem práce je zjistit, jak je hráč ovlivněn zraněním při návratu a jak působí vliv zranění na budoucí pokračování v jejich kariéře. Pro splnění cíle byly vytvořeny výzkumné otázky.

**Výzkumné otázky:** Celkem byly stanoveny tři výzkumné otázky. Pro zjištění konkrétních odpovědí byl sestaven dotazník s otázkami, které nám pomohou získat odpověď na zvolený cíl práce. Výzkumné otázky zní: Jak působilo zranění na hráče v období nečinnosti? Jak o sobě hráči pochybují během návratu na původní výkonnostní úroveň? Jakým způsobem se hráči vyrovnávají s psychickými stavy při návratu?

**Metody:** V diplomové práci byla použita metoda dotazování, jejímž stěžejním prvkem byl anonymní dotazník složený ze tří částí. Celkem i s úvodními otázkami bylo použito 18 otázek. Zkoumaný soubor tvořilo 48 hráčů starších patnácti let (dorostenecká kategorie a výš) umístěných na celostátním žebříčku do 200. místa v České republice. Dotazník byl vytvořen převážně na základě vlastních zkušeností získaných autorkou a na základě odborných konzultací.

**Výsledky:** Ze získaných výsledků je patrné, že návrat na předchozí výkonnostní úroveň je pro hráče velmi náročný úkol, který je doprovázen negativními myšlenkami a pochybnostmi. Během období nečinnosti mají hráči nejčastěji problémy s úzkostí, smutkem, frustrací a strachem z budoucna. Pro usnadnění návratu by mělo docházet ke konzultacím se sportovním psychologem, což je ale bohužel stále podceňovaná část tenisové přípravy. Posledním, nejdůležitějším výsledkem práce je fakt, že necelá polovina hráčů končí s tenisem kvůli zranění. Hráči i trenéři by si měli

uvědomit, co je příčinou zranění a jestli se dostatečně věnují samotné prevenci.

Klíčová slova: motivace, zranění, návrat po zranění, psychické stavy, výkonnost