

**UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE
FAKULTA TĚLESNÉ VÝCHOVY A SPORTU**

Důvody ukončení závodní činnosti u hráčů tenisu

Diplomová práce

Vedoucí diplomové práce:

Mgr. Tomáš Kočib

Vypracovala:

Bc. Dominika Příbylová

Praha, srpen 2013

Prohlašuji, že jsem závěrečnou diplomovou práci zpracovala samostatně a že jsem uvedla všechny použité informační zdroje a literaturu. Tato práce ani její podstatná část nebyla předložena k získání jiného nebo stejného akademického titulu.

V Praze, dne

.....

Podpis diplomanta

Evidenční list

Souhlasím se zapůjčením své diplomové práce ke studijním účelům. Uživatel svým podpisem stvrzuje, že tuto diplomovou práci použil ke studiu a prohlašuje, že ji uvede mezi použitými prameny.

Jméno a příjmení:

Fakulta / katedra:

Datum vypůjčení:

Podpis:

Poděkování

Chtěla bych poděkovat vedoucímu práce Mgr. Tomáši Kočíbovi za zajímavé podněty, užitečné připomínky, trpělivost a vstřícný přístup po celou dobu konzultací. Také mé poděkování směřuje ke čtyřem probandům, kteří byli ochotni se se mnou a čtenáři podělit o své příběhy.

Abstrakt

Název: Důvody ukončení závodní činnosti u hráčů tenisu

Cíle: Primárním cílem diplomové práce je analýza možných důvodů ukončení závodní kariéry u dospívajících hráčů tenisu, získaných kvalitativní metodou sběru dat. Sekundárním cílem je na základě těchto informací vytvoření návrhu teoretického modelu kategorizace.

Metody: V naší práci jsme použili metodu narativního rozhovoru s prvky interview a dále metodu interview. Metodu interview jsme využili při shromažďování dat k vytvoření teoretického modelu kategorizace. Metodu narativního rozhovoru s prvky interview jsme použili jako hlavní metodu sběru dat o probandech.

Výsledky: Zjistili jsme, že za ukončením závodní činnosti dospívajících hráčů nestojí pouze jeden hlavní důvod, ale na ukončení se jich podílí několik. U tří z probandů (žen) se jako jeden z hlavních důvodů objevilo ovlivnění rodiči (především otcem), mezi další důvody patřil pokles výkonnosti, zranění, ztráta motivace, špatné vedení klubu a trenéra. Co se týče kategorizace důvodů ukončení závodní činnosti, rozdělili jsme důvody do pěti hlavních skupin: sociální, psychické, ekonomické, tréninkové a zdravotní.

Klíčová slova: tenis, motivace, závodní činnost, důvody ukončení závodní činnosti, rodiče tenistů, dospívání tenistů

Abstract

Title: Reasons for the termination competitive activity of tennis players

Objectives: The primary objective of this thesis is to analyze the possible reasons for termination competitive activity of teenage tennis players, which are obtained by qualitative method of data collection. The secondary objective is to create proposal of categorization theoretical model.

Methods: In this thesis we used the narrative interview with the elements of the interview and the interview method. Interview method was used in collecting data to create a theoretical model of categorization. The narrative interview method with the elements of the interview was used as the main method of collecting data on probands.

Results: We found that the termination of adolescent competitive activity is caused by more reasons. One of the main reasons was the influence by parents (especially the father), the other reasons were performance decrease, lack of motivation, injury, bad training condition in the club. Categorization was split into five main groups: social, psychological, economic, training and health.

Keywords: tennis, reasons for the termination competitive activity, motivation, parents of tennis players, adolescents tennis players, competitive activity

Obsah

1 ÚVOD 9

2 TEORETICKÁ VÝCHODISKA PRÁCE 11

2.1 Charakteristika vývojového období dospívání..... 11

2.1.1 Vývoj základních schopností, dovedností a zájmů 12

2.1.2 Kognitivní vývoj..... 12

2.1.3 Emoční vývoj..... 13

2.1.4 Sociální vývoj 13

2.1.5 Vývojové změny v dospívání a tenis..... 14

2.2 Osobnost sportovce 15

2.2.1 Vnitřní faktory ovlivňující činnost sportovce 16

2.2.2 Vnější faktory ovlivňující činnost sportovce 29

2.2.3 Rešerše literatury týkající se důvodů ukončení závodní činnosti 37

3 CÍLE A ÚKOLY PRÁCE, HYPOTÉZY 43

3.1 Cíl práce 43

3.2 Úkoly práce 43

3.3 Vědecké otázky 43

4 METODIKA PRÁCE 45

4.1 Popis sledovaného souboru 45

4.2 Použité metody 45

4.2.1 Metody získávání dat..... 45

4.2.2 Příprava, kódování a zpracování dat..... 46

4.2.3 Metody analýzy, vyhodnocování a interpretace dat..... 47

4.3 Průběh výzkumu 47

5 VÝSLEDKY 50

5.1 Narativní rozhovor s probandy 50

5.1.1 Proband č. 1..... 50

5.1.2 Proband č. 2..... 57

5.1.3 Proband č. 3..... 63

5.1.4 Proband č. 4..... 71

5.2 Interview s trenéry 82

5.2.1 Výsledky otázky č. 1	83
5.2.2 Výsledky otázky č. 2	85
5.2.3 Výsledky otázky č. 3	88
5.2.4 Výsledky otázky č. 4	89
5.2.5 Výsledky otázky č. 5	90
5.3 Shrnutí výsledků a kategorizace	92
6 Diskuze	95
7 Závěry	97
8 SEZNAM LITERATURY	98
9 Seznam obrázků a tabulek	102
Základní text.....	102
Seznam obrázků.....	102
Seznam tabulek	102

1 ÚVOD

S tenisem během dospívání končí nemalé procento dospívajících. Přestože se jedná o všeobecně známý problém, jen málo trenérů se snaží s tímto problémem pracovat a vyvarovat se mu. Jako bývalé závodní hráče a nyní trenérce, mne velice zajímaly důvody ukončení závodní činnosti, v literatuře jsem však žádný ucelený pohled na tuto problematiku nenašla. Což byl jeden z podnětů výběru tohoto tématu mé diplomové práce. Dalšími podněty byla má záliba v psychologii a množství příběhů, které jsem od bývalých závodních hráčů vyslechla.

Aktuálnost tématu je dle mého názoru vysoká. V době, kdy se neskutečně rozšířila nabídka volnočasových aktivit a zároveň je každé dítě vybaveno počítačem, televizí a jinými vymoženostmi ve svém pokoji, je velmi těžké uspokojit potřeby dítěte natolik, aby od závodní činnosti neodcházel. Dále je důležité najít vhodného trenéra, chovat se jako „správný“ tenisový rodič a hlavně dbát na to, aby tenis dítě bavil. Po „hloubkové sondě“ do nitra čtyř probandů a s názory několika desítek trenérů, by tato práce mohla jak rodičům, tak trenérům ale i hráčům pomoci vyvarovat se chyb, které by znamenaly ukončení závodní činnosti, či naopak pochopit důvody proč se tak děje.

Tato práce je prací empiricko-teoretickou. Část teoretická bude převážně zastoupena shrnutím důležitých informací týkajících se oblastí podstatných pro tak náročný sport, jakým tenis bezesporu je. Budeme se v ní zabývat především osobností sportovce po jeho psychické i fyzické stránce. Dále se zaměříme na charakteristiku vývojového období dospívání, tak abychom pochopili změny, které se v dospívajících dějí a čemu musí čelit.

Část praktická bude uskutečněna pomocí čtyř případových studií, kdy na základě narativního rozhovoru s prvky interview se budeme snažit zjistit pravé důvody ukončení závodní činnosti čtyř probandů. Dále v této části provedeme krátké telefonické interview se 20 – 30 tenisovými trenéry na dané téma. Informace získané z praktické části shrneme do výsledků a pokusíme se vytvořit teoretický model kategorizace důvodů ukončení závodní činnosti hráčů.

Primárním cílem této diplomové práce je tedy analýza možných důvodů ukončení závodní kariéry u dospívajících hráčů tenisu, získaných kvalitativní metodou sběru dat.

Sekundárním cílem je na základě těchto informací vytvoření návrhu teoretického modelu kategorizace.

2 TEORETICKÁ VÝCHODISKA PRÁCE

2.1 Charakteristika vývojového období dospívání

Pro potřeby této diplomové práce použijeme dělení ontogenetického období vývoje člověka dle publikace J. Langmeiera, M. Langmeiera a Krejčířové (1998) Vývojová psychologie. Autoři zde dělí ontogenetický vývoj na prenatální, novorozenecké, kojenecké, batolecí období, dále na období předškolní, období zralost pro školu, mladší školní věk, období dospívání, časnou, střední a pozdní dospělost a stáří. Nás bude zajímat především období dospívání, kdy jedinec prochází jak mnoha fyzickými, tak psychickými změnami.

Z hlediska biologického je dospívání ohraničeno na jedné straně prvními známkami pohlavního zrání a na straně druhé dovršením optimální reprodukční schopnosti a ukončením tělesného růstu. Z hlediska psychologického dospívání charakterizujeme jako období, kdy se jedinec snaží vypořádat s novými silnými pudovými (sexuálními) tendencemi, s jejich uspokojením a kontrolou. Dále je toto období charakterizováno rozvojem myšlení a inteligence. Z hlediska sociálního se jedinec snaží vyčlenit z úzkého okruhu rodiny a integrovat se do skupiny vrstevníků stejného i opačného pohlaví. Nástup změn (fyziologických, psychických) je velmi individuální, za posledních sto let jsme však zaznamenali celkové urychlení růstu a vývoje¹ (M. Langmeier, L. Langmeier, Krejčířová, 1998).

Mezi dětmi tedy můžeme pozorovat jak interindividuální, tak intraindividuální variabilitu. Proto etapu dospívání dále dělíme (dle Langmeiera, Krejčířové, 2006):

1. Fáze pubescence (zhruba od 11 do 15 let)

a) fáze prepuberty – první známky pohlavního dospívání (sekundární pohlavní znaky), růstová akcelerace; končí nástupem menarche u dívek (11-13 let), u chlapců první noční polucí (12-14 let)

¹ Tento jev nazýváme sekulární akcelerace. Dochází k diskuzím, zda akceleruje i nástup duševního vývoje. Jedny teorie tvrdí, že naopak akcelerací somatické stránky je duševní vývoj zpomalen. Druhé zastávají ten názor, že oba vývoje probíhají paralelně (Langmeier, Krejčířová, 2006).

b) fáze vlastní puberty – končí dosažením reprodukční schopnosti (13-15 let)

2. Fáze adolescence (15-20/22 let)

V tomto období je dosažena plná reprodukční zralost a je dokončen tělesný růst. Dochází k mnoha sociálním změnám (změna postavení jedince ve společnosti), zásadně se mění sebepojetí. Disharmonie postavy, která je způsobena disproporčními rozměry jednotlivých částí těla. Významné odlišení tělesné stavby dívek a chlapců.

2.1.1 Vývoj základních schopností, dovedností a zájmů

Výrazný rozvoj motoriky („zlatý věk motoriky“ – 11 let): rozvoj síly, jemné koordinace a rovnováhy. Sport jako posila pro sebevědomí dítěte. Rozvoj vizuálního vnímání, abstraktního a logického myšlení. Nárůst slovní zásoby, složitosti větné skladby a celkové výrazovosti.

Díky motorickým a percepčním změnám nové hlubší zájmy – sport, četba, film, hudba či výtvarná tvorba. Tyto zájmy se většinou vytvářejí v úmyslném odporu k nucené činnosti (např. školní povinná četba, tělesná výchova apod.) (Langmeier, Krejčířová, 2006).

2.1.2 Kognitivní vývoj

Období je charakteristické nepřetržitým vývojem inteligence, která dosahuje téměř svého vrcholu. Dále se mění celý způsob myšlení – objevuje se nový „operační systém“ (dle Piagetovy teorie), a to systém formálních operací, kdy je jedinec schopen „přemýšlet o tom, jak přemýšlí“. Dospívající je tak schopen vymyslet více řešení či je schopen si vytvářet domněnky, které nejsou opřeny o reálnou skutečnost.

Změny v myšlení mají za následek změny v postojích dospívajících k celému světu a k lidem. Dospívající porovnává existující poměry s tím, co by mohlo být, či podle jeho názoru být mělo. Vzrůstá míra kritičnosti, nespokojenosti, zklamání a pesimismu.

Dospívající je schopen morálního hodnocení. Umožňuje mu to pohlížet sám na sebe, na své pocity, na svůj život a následně je hodnotit, kriticky posuzovat zvnějšku (J. Langmeier, M. Langmeier, Krejčířová, 1998).

2.1.3 Emoční vývoj

Charakteristické pro toto období je vysoká emoční labilita², která se projevuje rychlým střídáním nálad – nejprve je dospívající depresivní, poté v povznesené náladě. Snadnou dojde k emočnímu „výbuchu“ či k impulzivní reakci. K tomu se přidávají i vegetativní poruchy – zvýšená únavnost, horší soustředění, zhoršený spánek či snížená chuť k jídlu. V tomto smyslu především hovoříme o fázi pubescence (J. Langmeier, M. Langmeier, Krejčířová, 1998).

Fáze adolescence se vyznačuje již ustálením psychického (emočního) vývoje a jeho hlavním úkolem je umožnit dospívajícímu najít sebe sama (Hříchová, Novotná, Miňhová, 2000).

2.1.4 Sociální vývoj

Dospívající musí v tomto období vyřešit tři hlavní úkoly:

1. emancipace od příliš úzké závislosti na rodině – rodina poskytuje dítěti ochranu a jistotu, aby byl dospívající schopen samostatnosti a nezávislosti v svém dospělém životě, musí se osamostatnit. Někteří tak činí revoltou.
2. navazování vztahů s vrstevníky stejného i opačného pohlaví – dochází k nepřímé úměře mezi udržováním vztahů s rodiči a navazování vztahů s vrstevníky. Navazování vrstevnických vztahů je 5-ti fázové: skupinová izosexuální³ fáze, individuální izosexuální fáze, přechodná etapa, heterosexuální fáze polygamní, heterosexuální fáze monogamní (fáze ustálení a zamilovanosti).
3. Hledání vlastního postavení (své role) ve společnosti i hledání smyslu vlastní existence – dospívající si kladou otázku smyslu života, smrtelnosti, ale také toho, co si o něm myslí ostatní, jak na něj druzí pohlížejí apod. (J.Langmeier, M. Langmeier, Krejčířová, 1998).

Důležitou problematickou součástí tohoto období je výběr budoucího povolání. Dospívající se snaží sjednotit názory na to, jaké povolání by ho nejvíce uspokojovalo a kde by

² Emoční labilita neboli citová rozkolísanost je způsobena hormonálními změnami v těle dospívajícího (Hříchová, Novotná, Miňhová, 2000).

³ Řec. isos - stejný

byl společností nejvíce oceňován. Důležitou roli hrají rodiče (Langmeier, Krejčířová, 2006).

2.1.5 Vývojové změny v dospívání a tenis

Jak bylo řečeno, z hlediska motorického a somatického dochází v tomto období k významným změnám. Kvůli disproporcím mezi jednotlivými částmi těla mají děti zhoršenou koordinaci těla, dochází k poklesu výkonnosti. Je tedy nutné, aby jim trenér vše srozumitelně vysvětlil, z důvodu ztráty motivace a vzniku nechuti k tréninku. Díky sekulární akceleraci je potřebné znát biologický věk dítěte, klást vhodně a přiměřeně požadavky nejen vzhledem k jeho fyziologické, ale také psychické stránce.

Díky změnám v myšlení může dojít k úplnému tréninku strategie a taktiky. Hráč je schopen sám vymýšlet taktiku a inovace ve hře. Je schopen problémového řešení a nachází v hledání nových způsobů řešení určité uspokojení. Velmi důležitá je vnitřní motivace hráče, a to kvůli úmyslnému odporu k nucené činnosti.

Trenér musí dbát na to, aby posuzoval v tréninku všechny hráče stejně, a to z důvodu silného smyslu pro spravedlnost u dospívajících. Nevhodná je ironická kritika, či posměšky, které by mohly ovlivnit nově vytvářené sebepojetí dospívajícího. Trenér spolu s hráčem musí pravidelně pracovat na emoční stabilitě během zápasu (různé rituály, „útěky na jiná místa“ v mysli, apod.). Rodiče by pak měli mít distanční vzdálenost⁴ od dvorce, na kterém jejich dítě hraje.

Jelikož se dospívající v tomto období odpoutává od rodiny a neposlouchá rodiče, může to být právě trenér, který bude moci nadále působit na dospívajícího. Za předpokladu předem vytvořeného vztahu, nezakládajícího se pouze na direktivní autoritě trenéra, ale i na bázi přátelství a vzájemné úcty a pochopení. Vhodné je vytvářet a podporovat v tréninkové skupině týmovou kohezi, podporovat celou skupinu, dávat jim možnost nových společných prožitků nejen na tenisovém kurtu. Můžeme tak zamezit předčasnému ukončení tenisové činnosti.

⁴ Distanční vzdálenost – taková, aby hráč neviděl výrazy a gesta rodičů (převzato od PhDr. J.Šlédra)

2.2 Osobnost sportovce

Význam znalosti osobnosti sportovce je pro trenéry nezpochybnitelný. Trenéři pak mohou efektivněji porozumět úrovním struktury osobnosti, které leží mimo chování související zejména se situací. Poznání osobnosti a jejích typických způsobů reakce umožňuje trenérovi vhléd do sportovcovy motivace, chování a činnosti (Winberg, Gould, 2007).

Na rozdíl od obecné psychologie, která chápe osobnost především jako duševní celek, sportovní psychologie dle Slepíčky, Hoška a Hátlové (2011, str. 91) chápe osobnost jako: „*Individuální jednotu duševních vlastností a procesů sportovce, spojených s jeho tělesným sebepojetím.*“ Osobnost sportovce se neustále ve sportovní činnosti vyvíjí, dotváří a modifikuje kariéru sportovce. I sebepojetí sportovce se neustále mění vlivem vnějších okolností (zranění, podaný výkon, apod.). Tyto změny se promítají do osobnostních rysů sportovce. Osobností sportovce se zabývá sportovní personologie (Slepíčka, Hošek, Hátlová, 2011).

Osobnost sportovce je dle Slepíčky, Hoška a Hátlové (2011, str. 93) „*určována třemi skupinami činitelů:*

1. *vrozené anatomické-fyziologické předpoklady sportovce,*
2. *životní prostředí předsportovní, sportovní, mimosportovní,*
3. *společenskovýchovné působení.*“

Pro účely tyto práce rozdělíme faktory, které působí na jedince během jeho závodní činnosti na vnitřní a vnější faktory. Mezi vnitřní faktory zařadíme psychologickou stránku sportovce (temperament, charakter, potřeby, motivaci, emoce) a stránku anatomicko-fyziologickou spolu se stručnou charakteristikou fyziologické náročnosti tenisu. Skupinu vnějších faktorů pak bude tvořit kapitola o působení rodiny, přátel, trenéra (popř. tréninkové jednotky) a školy na sportovce.

2.2.1 Vnitřní faktory ovlivňující činnost sportovce

2.2.1.1 Psychologická stránka

V závodním tenise se tenista musí neustále vyrovnávat se silnou psychickou zátěží. Jak on sám na sebe, tak ostatní na něj kladou požadavky, které chce splnit. Hráč bojuje nejen proti soupeři, ale také sám se sebou a možno říci, že také s prostředím. Psychický stav hráče pak má velmi často spojitost s hráčovým fyzickým stavem. Pro příklad uvedeme několik psychologických charakteristik:

- individuální sport (vyvolává větší stres, než sport kolektivní);
- hráč se musí dobře rozhodnout v krátkých časových úsecích⁵;
- systém počítání nechává hru otevřenou do posledního míče (hráč je v neustálém napětí);
- hráč má čas při určitých úderech přemýšlet (podání a smeč)⁶;
- zápas není časově omezen, nejsou během něj povoleny dlouhé přestávky, vyskytují se v něm „mrtvé“ časové úseky⁷;
- velice často hráči neví, kdy půjdou hrát (závisí na předchozím vývoji turnaje);
- většinou zápas neřídí rozhodčí a hráč tak musí spoléhat na soupeřův smysl pro fair play;
- rodiče jsou často příliš zainteresovaní v kariéře hráče (Miley, Crespo, 2001).

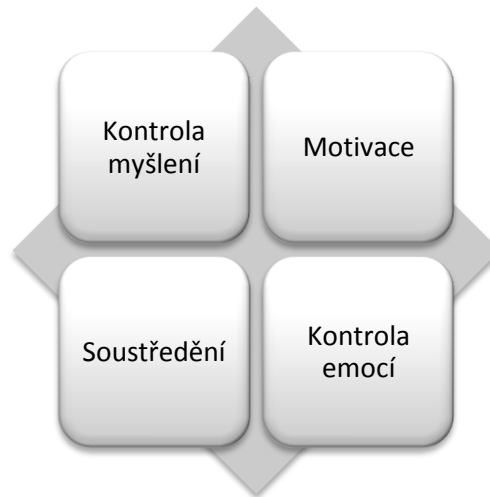
Psychika hraje ve výkonu hráče velkou roli. Přesto je často tato stránka tenisu v tenisovém tréninku opomíjena a upřednostňovány jsou stránky technické, taktické a fyzické. Ovšem je to právě psychika, která rozhodne zápas dvou fyzicky a technicky vyrovnaných hráčů.

⁵ Hráč se během jedné sady musí 180x rozhodnout, přičemž většina z rozhodnutí je rutinních. Ale v kritických chvílích může chybné rozhodnutí, hráče vyvést z koncentrace a následně prohrát zápas (Stojan, Brabenec, 1999).

⁶ Na hráče působí atmosféra zápasu. Předzápasová startovní horečka a nervozita způsobí, že již po několika chybách hráč začne negativně myslet, začne o sobě pochybovat a klesá mu sebevědomí. Díky tomuto hráčovi „odchází“ údery (Stojan, Brabenec, 1999).

⁷ Hráč přemýšlí o minulém a dalším vývoji zápasu celé 4/5 zápasu, a to právě během přestávek mezi hrami a jednotlivými míči. To jak a o čem hráč přemýšlí, často rozhoduje o výsledku zápasu (Stojan, Brabenec, 1999).

Stojan a Brabenec (1999, str. 101) píší o tom, jaké jsou psychické předpoklady pro hraní tenisu: „*Teoreticky musí mít tenisový ideál vysokou míru motivace, vůle k vítězství, koncentračních schopností, sebevědomí, disciplíny a sebeovládání. K tomu přistupuje správná dávka temperamentu, odvahy k riskování, ale ve správném momentu také trpělivosti, agresivity, anticipační schopnosti, klidu a optimismu.*“ S tímto tvrzením se shodují Miley a Crespo (2001), kteří spatřují pro závodní činnost důležité tyto základní psychické vlastnosti:



Obrázek 1: Základní psychické schopnosti v tenise

V této práci budeme upřednostňovat dělení dle Mileye a Crespa. Některé z vlastností Stojana a Brabence ve zkratce popíšeme na konci této kapitoly.

Motivace

Motivaci definujeme jednoduše jako směr a intenzitu sportovcova úsilí. Sportovní psychologie vidí motivaci z několika specifických úhlů pohledů: motivace úspěchu, motivace ve formě soutěžního stresu, vnější a vnitřní motivaci (Weinberg, Gould, 2007).

Dle Hoška (1986, str. 10) „*patří motivace mezi problematické psychologické pojmy. Motivace je mnohvrstevný pojem, zavedený pro vysvětlení chování, ale v praxi si za tímto pojmem každý představuje skoro něco jiného.*“

V určité shodě s Hoškem je Nakonečný (1996, str. 12), který říká: „*Pojem motivace vysvětluje psychologické důvody chování, jeho subjektivní význam a současně vysvětluje a pozoruje variabilitu chování, proč se různí lidé orientují na různé cíle. Motivace za-*

hrnuje následující fenomény: 1. Energii, vzrušení; 2. Zaměření této energie na určitý cíl; 3. Selektivní pozornost pro určité podněty a změněnou vnímavost pro jiné; 4. Organizaci aktivity v integrované vzorce reakcí; 5. Udržování zaměřené aktivity, dokud se nezmění výchozí podmínky. “

V této práci budeme motivaci považovat za touhu zahájit nějakou aktivitu a setrvat v ní. Důvody proč jsou lidé motivováni k hraní tenisu, jsou následující: sociální interakce, zábava a vzrušení, příjemné pocity při zvládnutí hry, demonstrace schopností, zdokonaňování dovedností, zvýšené sebevědomí a uspokojení z dosaženého zlepšení, možnost být s přáteli a najít si nové, možnost být součástí týmu (Miley, Crespo, 2001).

Motivaci z hlediska sportovního dělíme na motivaci soutěžní a tréninkovou. Menší problémem představuje motivace soutěžní, kdy na tenistu působí autonomní motivy sportovního boje a jejich vliv na umístění. Zpravidla je motivace dostatečná, převážně až nadměrná, což se projevuje zvýšenou aktivační úrovní nad její optimální hodnoty. Větší problém ale představuje motivace tréninková. Trénink je totiž spojen převážně s psychickým a fyzickým diskomfortem, a absencí situačních podnětů (Hošek, 1986). Dovolíme si ale nad tímto tvrzením trochu polemizovat. Existují typy hráčů, jejichž tréninková motivace je výborná a podávají v tréninkách dobré výkony. Naopak výkony podávané v zápasech jsou podprůměrné, a to z důvodu přehnaně vysoké motivace (patogenně zvýšená úzkost) a vysoké aktivační úrovně.

Důvodem vysoké či nízké motivace jak v tréninku, tak v zápase jsou potřeby sportovce. Veškerou činnost, kterou se sportovec projevuje, se snaží tyto potřeby uspokojovat (biologické potřeby, potřeba pohybu, potřeba ocenění, potřeba seberealizace). Potřeby se tedy spolupodílejí na vytváření motivů sportovní činnosti. V návaznosti na to, by mělo být cílem trenéra pochopit a naplnit motivační potřeby hráče a vytvořit takové tréninkové jednotky, aby je satureovaly.

Vnitřní a vnější motivace

Hráč je motivován dvěma skupinami činitelů: vnitřními a vnějšími. Vnitřní činitelé vychází z osobnosti hráče (vnitřní motivace). Hráč pak hraje tenis, protože jej má rád, chce zvládnout hru, chce být úspěšný, hraje pro svůj vnitřní pocit hrdosti, pro radost a pro zábavu. Tyto motivy jsou pro tenis nejdůležitější. Vnější činitelé pak vycházejí z prostředí sportovce (vnější motivace), hráč hraje tenis, protože chce získat hmotné

(trofej, peníze) či nehmotné odměny (uznání). Nehmotné odměny jsou vhodné pro udržení dobré motivace a vnější pro získání prvotního zájmu o tenis (Miley, Crespo, 2001).

Výkonová motivace

Pojem výkonová motivaci byl poprvé použit v 60. letech 20. století Atkinsonem v jeho teorii výkonové motivace. Tato teorie tvrdí, že se výkonová motivace skládá ze dvou tendencí, a to tendence vyhnout se selhání a tendence dosáhnout úspěchu (Slepička, Hošek, Hátlová, 2011). Sportovci s převažující tendencí dosáhnout úspěchu poddávají obecně lepší výkony, než sportovci s převažující tendencí vyhnout se selhání. Dále jsou spolehlivější a ve výkonových situacích pocítují menší napětí (Hošek, 1986).

V tendenci dosáhnout úspěchu se promítá motiv dosažení úspěchu, hodnoty úspěchu a pravděpodobnosti dosažení úspěchu. V tendence vyhnout se selhání se promítá motiv vyhnout se neúspěchu, negativní hodnota neúspěchu a pravděpodobnost neúspěchu. Sportovci s převažující tendencí dosáhnout úspěchu jsou pak nejvíce motivováni při padesátiprocentní šanci na úspěch. Sportovci s tendencí vyhnout se selhání si vybírají činnosti, kdy šance na úspěch je buď velmi nízká nebo naopak velmi vysoká (Slepička, Hošek, Hátlová, 2011).

Sportovci s převažující tendencí dosáhnout úspěchu se vyznačují velkou potřebou úspěchu (potřebou velkého výkonu), která se projevuje jako jejich osobnostní rys. Potřeba podání výkonu se projevuje jen v situaci, ve které jsou kompetentní. Potřeba podání výkonu je dvoustupňová (nespecifická základní tendence a z ní specifická tendence plynoucí z aktuálních potřeb). U lidí s vysokou výkonovou motivací převažuje právě tendence dosáhnout úspěchu. Pokud chceme ovlivňovat motivační strukturu sportovce, musíme znát potřebu velkého výkonu (Slepička, Hošek, Hátlová, 2011).

Výkonová motivace se vyvíjí v průběhu ontogenetického vývoje prostřednictvím působení vnějších podmínek, především sociálního učení. Tedy výchovných vlivů kdy dítě chce vyvolat souhlas rodičů a zároveň se chce vyhnout jejich nesouhlasu. Pro vývoj vhodné výkonové motivace je tak zapotřebí klidné rodinné klima, které vede k samostatnosti a nezávislosti dítěte (Slepička, Hošek, Hátlová, 2011).

Stanovení cílů

Schönborn (2008) považuje stejně jako většina autorů za základní psychickou vlastnost motivaci. Za motiv, který pak tenisty pohání vpřed, označuje cíl. Proto zdůrazňuje stejně jako Brabenec a Svatopluk (1999) nutnost stanovení krátkodobých, střednědobých a dlouhodobých cílů. Cíle mají být ale realistické, proveditelné a dosažitelné s nejvyšší námahou.

Kontrola emocí

Sport je činnost, která je zdrojem emocí. Patrně patří mezi nejemocionálnější činnosti člověka, což je dáno zátěžovým a přitažlivým programem sportu (Slepička, Hošek, Hátlová, 2011). Emoce mají tři stránky: vnitřní zážitek, z vnějšku pozorovatelné chování a fyziologické změny (Machač, Macháčová, Hoskovec, 1988). Nakonečný (2000, str. 8) emoce popisuje jako: „*1. Komplexní citový stav doprovázený charakteristickými motorickými a žláзовými aktivitami; 2. Komplexní chování organismu, v němž predominují viscerální komponenty.*“

Aktivace

S emocemi úzce souvisí aktivace organismu. Aktivaci chápeme dle Todda, Thatchera a Rahmana (2012, str. 57) „*jako oživující mechanismus, který nám umožňuje čerpat ze zdrojů potřebných k tomu, abychom se zapojili do intenzivní a dynamické činnosti.*“ Čím více je hráč aktivován, tím více je excitován (vzrušen).

Zvýšená aktivační úroveň je přípravou organismu k náročnému výkonu. Se zvyšováním aktivační úrovně stoupá energetizace organismu, motorický neklid, mobilizuje se vegetativní sféra a stoupá psychické napětí. Stupeň aktivace organismu má přímou spojitost s rychlostí, intenzitou a koordinovaností odpovědi (Machač, Macháčová, Hoskovec, 1988). Pro podání optimálního výkonu je nutná kontrola aktivace organismu, jelikož příliš vysoká či naopak příliš nízká aktivační úroveň vede ke snížení výkonu (Slepička, Hošek, Hátlová, 2011).

Vysoká hladina aktivace se projevuje v rovině duševní, tělesné a v chování jedince. V duševní rovině se ukazuje jako úzkost, ke které vedou např. starosti o výhře v zápase, či umístění na turnaji. V rovině tělesné dochází k fyziologickým změnám: zrychlený tep, zvýšené svalové napětí, zvýšená frekvence dýchání. Poslední rovina je spojena se

změnami chování, kdy např. hráčka zahraje útočný úder přímo na soupeřku a tím si značně zkomplikuje výhru výměny (Tod, Thatcher, Rahman, 2012).

Dle zákona Yerkes-Dodsona a hypotézy převrácené U křivky, které zobrazují vztah aktivace a výkonu, (viz. Příloha I) je pro podání kvalitního výkonu vhodná střední aktivační úroveň. Platnost této hypotézy je však omezená, je rozdílná jak pro jednotlivé sporty, tak pro jednotlivé sportovce. Např. André Agassi, jeho optimální aktivační úroveň se pohybovala velmi vysoko, zatímco Peter Sampras měl aktivační úroveň nízkou. Rozdílnost mezi jednotlivci je dána individuálními rozdíly, schopností snášet zátěž a úrovní sebevědomí (Miley, Crespo, 2001).

Aktuální psychické stavy (APS)

Emoce ve sportu mají určitý časový sled. Jsou to emoce předstartovní, soutěžní a pozávodní stavy. Stejně tak nazýváme aktuální psychické stavy, které musíme regulovat kvůli jejich negativnímu vlivu na průběh sportovní činnosti. V rámci regulace APS se snažíme o: snížení či zvýšení aktivace, snížení negativních prožitků neúspěchu a odstranění psychologických důsledků únavy (Slepička, Hošek, Hátlová, 2011).

1. Předstartovní stavy

Předstartovní stavy nastupují zhruba týden před turnajem (časem, kdy se rozhodne, kdy a jakého turnaje se hráč zúčastní). Projevují se obavami o výsledek, napětím z očekávání, předstartovní úzkostí a tvorbou negativních hypotéz⁸. V den turnaje se předstartovní APS projevují i psychofyziologicky: zrychlení tepové a dechové frekvence, žaludeční obtíže, nechutenství či nespavost. V rámci předstartovních stavů hovoříme o předstartovní horečce, kdy je hráč neklidný, nervózní a výbušný a předstartovní apatii, kdy je hráč naopak lhostejný, pasivní (Slepička, Hošek, Hátlová, 2011).

2. Soutěžní stavy

Soutěžní stavy se projevují během zápasu. Přetrvávají určité psychofyziologické příznaky, také může přetrvávat např. negativní myšlení. Cílem hráčů je dostat se do ideálního stavu, kdy jedinec vnímá pouze míč, hraje více instinktivně, je odolný vůči vnějším vlivům, je to stav maximálního zaujetí, kdy je hráč stržen a ponořen do hry.

⁸ Hráč přemýšlí a vymýšlí možné okolnosti, kvůli kterým neuspěje v zápase.

Tento stav nazývají autoři různě: Slepíčka, Hošek, Hátlová (2011) jej označují jako tzv. „flow“ stav, Miley, Crespo (2001) použili více označení, a to „ideální herní rozpoložení“, „hra v zóně“.

3. Posoutěžní stavy

Posoutěžní stavy jsou zásadně ovlivněny výsledkem zápasu. Pokud hráč uspěje, je v euforii, nevnímá únavu ani bolest, pokud prohraje je ve stavu smutku a cítí se velmi unavený. „Posoutěžní smutek“ má povahu frustrace, což může mít několik následků: hráč je agresivní a svoji agresivitu si vybijí usilovnější prací v tréninku; hráč rezignuje, je apatický a racionalizuje si důvody prohry; hráč je v regresi⁹; hráč si neúspěch kompenzuje, např. fantazií, kdy si představuje, jak jiný zápas vyhrává (Slepíčka, Hošek, Hátlová, 2011).

Úzkost

Úzkost¹⁰ ve sportu je psychologický problém. Vznik úzkosti souvisí s nejasnou předtuchou nebezpečí, které ale není jasně definováno. Úzkost se projevuje v rovině duševní tak somatické. Zvláště závažné jsou projevy somatické, které mají za vznik snížení výkonnosti – ochablost svalů, zvýšená tvorba kyseliny mléčné (Slepíčka, Hošek, Hátlová, 2011).

Úzkost souvisí s pocitem pochybností a obav. Je důsledkem toho, co si hráč myslí, že je schopen dosáhnout a toho, co si myslí, že by měl dosáhnout.

Tabulka 1: Projevy nadměrné úzkosti

Projevy nadměrné úzkosti	
Fyzické	Psychické
<ul style="list-style-type: none"> • svalové napětí • ztráta koordinace • omezení pružnosti • rychlá únava • velmi rychlý tep, nedostatečně hluboké a nepravidelné dýchání 	<ul style="list-style-type: none"> • snížená koncentrace a obtíže při snaze o soustředění • zhoršující se ovládání emocí • zhoršené strategické a taktické posuzování (špatné rozhodování) • neschopnost jasně a přesně přemýšlet • narůstající negativní a sebekritické myšlenky

⁹ Regrese – jedinec se posouvá ve vývojovém stupni níže (př. Dospělí člověk se bude chovat jako dítě)

¹⁰ Úzkost řadíme mezi nálady, tj. mezi dlouhodobé emocionální stavy.

<ul style="list-style-type: none"> •pocit slabých nohou (svalová slabost) • nepravdivý rytmus hry 	<ul style="list-style-type: none"> •trvalý pesimistický pocit týkající se budoucnosti
---	--

Zdroj: Miley, Crespo (2001), str. 117

Soustředění (Koncentrace)

Weinberg a Gould (2007), uvádí definici koncentrace, kterou dělí na čtyři části: 1. Zaměřenost na určitý podnět v prostředí (selektivní pozornost); 2. Zaměřenost pozornosti v průběhu času; 3. Hráč má povědomí o okolní situaci; 4. Zaměřenost se v případě potřeby, přesouvá na jiný podnět. Koncentraci můžeme také označit jako pozornost, což je psychický proces, při kterém se kognitivní funkce zaměřují na děj, či podnět (Slepička, Hošek, Hátlová, 2011).

Koncentrace se vyznačuje třemi hlavními vlastnostmi, a to výběrovostí, rozsahem a bdělostí (vigilancí). Výběrovost umožňuje hráči soustředit se na nejdůležitější podnět. Tato vlastnost pozornosti se projevuje nejvíce při motorickém učení, kdy veškerá pozornost je zaměřena na provedení např. správného nadhozu na podání. Poté, co hráč dovednost zvládne (stává se automatickou), se výběrovost přesouvá jinde, např. hráč se soustředí na to, aby umístil podání ven z kurtu. Rozsah pozornosti nás informuje o tom, jaké množství jednotlivých podnětů naše pozornost může obsáhnout v jeden čas. Tato vlastnost se projevuje v zápase, kde je hráč postřehne směr, rychlost, rotaci míče, doběhne do optimálního místa odehrání a zároveň periferně sleduje pohyb soupeře. Hráč je schopen postřehnout 6-12 podnětů na jednou. Poslední vlastnost pozornosti bdělost souvisí se změnami emočního vzrušení. Příliš vysoké emoční vzrušení (aktivace) redukuje pole pozornosti¹¹, a to tím způsobem, že např. hráč, kterému soupeř nahrál míč na střed kurtu je schopen tento „lehký“ míč zkažit. Vysoké emoční vzrušení totiž pomocí autonomního nervového systému zmenšilo zorné pole hráče, který následně nemohl zahrát míč adekvátně k situaci (Weinberg, Gould, 2007).

Koncentrace nám tedy umožňuje se soustředit pouze na trénink či pouze na zápas. Je to zřejmě nejdůležitější psychická vlastnost v tenise. Důležitá je znalost podstatných a nepodstatných podnětů ve hře. Pokud se bude hráč soustředit na irelevantní aspekty hry

¹¹ Vztah mezi polem pozornosti a stupněm koncentrace zobrazuje graf v příloze 2.

(např. soupeř v předchozí výměně nahlásil aut, ale hráč si je jistý, že byl dobrý), existuje velká pravděpodobnost ztráty hry a následně zápasu. Koncentrace je také základem kontroly hráčových emocí, pomáhá hráčovi zabránit v negativním myšlení a dodržet zásady, které si hráč stanovil s trenérem (Miley, Crespo, 2001).

Miley a Crespo (2001, str. 111) rozlišují čtyři typy pozornosti:

Tabulka 2: Typy koncentrace

		Zaměření pozornosti	
		Vnější	vnitřní
Rozsah pozornosti	široký	rychlé vyhodnocení situace, povětrnostních podmínek, povrchu dvorce apod.	analýza hry, plánování taktiky
	úzký	Zaměření se výhradně na 1-2 podněty (sledování míče a zároveň činnosti soupeře)	Vytvoření vnitřní představy o následné činnosti, kontrola emocionálního stavu

Dané typy pozornosti se v tenise neustále mění, a to v závislosti na situaci. Ovšem ne každý hráč vždy zvolí ten správný ty. Mezi další problémy s koncentrací ostří: nedostatek zájmu o utkání, velké množství „mrtvý časový úseků“, zaměření pozornosti na příliš mnoho podnětů (vnější – obecnost, rodiče, vnitřní – vnitřní samomluva), přemýšlení o předchozích událostech, zaměření se na příští událost (př. Pokud dám dva další body, vyhraji celý zápas), ochromení analýzou hry, hráč ztrácí koncentraci kvůli soupeři (kte- rý se např. hádá s rozhodčím), či ztrácí koncentraci kvůli soupeřovo komplimentům (Miley, Crespo, 2001).

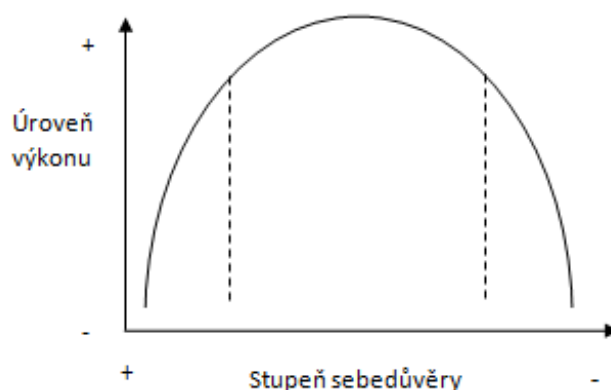
Kontrola myšlení

Charakter a způsob kontroly myšlení a také kontroly chování je výrazně ovlivněni sebe- důvěrou hráče. „Sebedůvěra je víra sportovce, že má dovednosti a schopnosti umožňují- cí mu uspět.“ (Tod, Thatcher, Rahman, 2012, str. 89) Dle Weinberga a Goulda (2007, str. 323) je sebedůvěra víra, že může úspěšně vykonávat žádoucí chování. Sebedůvěra je velmi důležitá, jelikož má vliv na hráčovo motivaci, chování, myšlení a emoce, a to způsobem, který zvyšuje pravděpodobnost jeho úspěchu.

Benefity sebedůvěry:

1. sebedůvěra vyvolává pozitivní emoce – i pod talem je hráč schopen zůstat klidný a soustředěný;
2. sebedůvěra usnadňuje koncentraci – i ve vypjatých situacích je hráčovo mysl schopná se soustředit na zápas;
3. sebedůvěra ovlivňuje cíle - sebevědomí hráči si stanovují vyšší cíle a aktivně se jich snaží dosáhnout;
4. sebedůvěra zvyšuje úsilí – hráč s větší sebedůvěrou je vytrvalejší při dosahování svých cílů;
5. sebedůvěra ovlivňuje herní strategie – hráč s větší sebedůvěrou se nebojí chopit šance a většinou tak získávají zápas pod svou kontrolu;
6. sebedůvěra ovlivňuje psychologický moment – hráč je schopen vnímat negativní podmínky jako výzvu, schopen převrátit negativní stav utkání či pokračovat dále ve stavu pozitivním;
7. sebedůvěra ovlivňuje výkon – pozitivní vztah mezi sebedůvěrou a výkonem je prokázáný, do tohoto vztahu, ale vstupují další méně známé faktory jako organizační kultura (např. turnaj kategorie A), osobnostní charakteristika, demografická charakteristika, vzrušivost (např. úzkost) a kognitivní procesy (např. předpoklady pro úspěch či selhání) (Weinberg, Gould, 2007).

Vztah mezi sebedůvěrou a výkonem ukazuje následující graf (Miley, Crespo, 2007, str. 119):



Obrázek 2: Vztah mezi sebedůvěrou a výkonem

Problémem ale není pouze snížená sebedůvěra, ale jak je vidět z grafu i sebedůvěra přehnaná. Hráč tak ukazuje své přesvědčení, že je lepší než jeho soupeř, hraje hazardněji, což má za následek více chyb a prohrávání v zápase. I pro tak sebevědomého hráče je pak těžké zápas obrátit ve svůj prospěch.

Myšlení a potažmo sebedůvěra hráče se promítá do motoriky hráče, pokud má hráč negativní myšlenky, dochází k posunutí těžiště vzad a vzhůru (hráč tak ztrácí rovnováhu a padá dozadu). Hráč tak nedokáže využít biomechanických principů a údery hraje pouze paží. Mezi technickými dovednostmi a sebedůvěrou tak existuje kauzální vztah.

Nedostatek sebedůvěry se projevuje hlavně ve vyrovnaných zápasech, či v určitých situacích v zápasech (při matchballu, ztrátě vlastního podání). Viditelný je po sérii prohraných zápasů či při určitém úderu. Události, které snižují sebedůvěru, jsou: velké množství nevynucených chyb, nevynucená chyba z nahraného míče, prohrané utkání proti slabšímu soupeři, ztráta důležitého bodu, dvojchyby a ztráta podání (Miley, Crespo, 2001).

Sebedůvěru hráče ovlivňuje z velké části trenér. Trenér svým chováním, jednáním a přístupem k hráčovi vyjadřuje určité své osobní hodnocení hráče. Pokud tedy bude trenér hráče přehlížet, či se k němu chovat jiným způsobem než k ostatním, může v hráčovi vyvolat snížení sebedůvěry. Nutné je také hráčům ukázat svou důvěru v ně samotné.

Ostatní základní psychické vlastnosti

Temperament

Temperament je z většiny založen na dědičnosti. Jeho význam spočívá hlavně v citové vzrušivosti v interakci sportovce se situací určitého typu (např. oplácení velkých gest po vyhraném bodu), (Hošek, 1986). Dle převažujícího typu temperamentu strukturujeme sportovní trénink, soustředíme se na ty pohybové schopnosti, které jsou geneticky oslabené, přistupujeme ke svěřenci individuálně a využíváme k vhodné komunikaci. Vhodné je znát i převažující typ představitosti¹² hráče a tím typem na ně působit. Pro tenis je nevhodnějším temperamentovým typem sangvinik.

Vůle

¹² Typ představitosti souvisí i s typem paměti. Máme kinestetický, vizuální a auditivní typ.

Psychofyziologickým základem vůle (volní úsilí) je podráždění CNS, které tlumí nebo blokuje ostatní podněty, jako je bolest či únava. Vůle se skládá ze složky poznávací (např. koriguje své myšlenky, využívá vnitřní řeč), emočně motivační (např. hráče nebaví trénink kondice, ale protože chce být dobrý, absolvuje jej) a sociální-etický (např. soupeř zahraje míč tak, že hráč neví, zda byl dobrý či aut; co následně zahlásí soupeři?). Sociální komponenta je úzce spjata s charakterem. Vůle má jak složku inhibiční tak exhibiční (Slepička, Hošek, Hátlová, 2011).

Anticipace

Anticipací rozumíme schopnost předvídat směr letu míče ještě dříve, než jej soupeř odehraje a využití této informace k odpovídající reakci. Anticipace je v dnešním vrcholovém tenise velmi důležitá a např. při příjmu podání zcela nepostradatelná (míč přeletí kurt za 0,4 s, přičemž reakční doba hráče se pohybuje mezi 0,3-0,5 s). Rozlišujeme dílčí (hráč předvídá, co soupeř neudělá) a úplnou anticipaci (hráč předvídá, co jeho soupeř udělá), (Miley, Crespo, 2001).

2.2.1.2 Anatomicko-fyziologická stránka

Tenis je velmi komplexní sport, který vyžaduje rychlost, vytrvalost, schopnost rychlé reakce, pohyblivost, sílu, ale i výbušnost. Za nejdůležitější komponenty považujeme koordinaci, obratnost, rychlost a výbušnou sílu.

Zvládnutí tenisových úderů klade vysoké nároky na koordinaci pohybu. Proměnlivost herních situací vyžaduje vysokou adaptaci integrační a asociační činnosti CNS, projevující se vysokou úrovní „herního myšlení“ (Havlíčková a kol., 1993).

Funkční a metabolická charakteristika sportovního výkonu

Dle Crespa a Mileyho (2001): „Tenis je hra, která se vyznačuje opakovanými intenzivními akcemi, které jsou přerušovány krátkými intervaly pro odpočinek mezi údery a delšími pauzami mezi výměnami a při výměně stran.“ Energie je získávána všemi třemi energetickými systémy, přičemž energetické potřeby organismu primárně závisí na délce výměn: krátké výměny (5-10 s, rychlá regenerace fosfo-kreatinového systému), delší výměny (10-15 s až 1-2 min, využití anaerobní glykolýzy za vzniku kyseliny mléčné), celé utkání (1-2/3 hod, během přestávek aerobní systém). Dle výzkumů srdeční aktivity

během utkání zabírá anaerobní alaktátová aktivity 70% času, kdy je míč ve hře, 20% času anaerobní laktátová aktivity a 10% aerobní základ (Crespo, Miley, 2001).

Produkcí energie značně ovlivňuje tvrdost povrchu, rozdíly v herním stylu, délka zápasu a herních pauz. Hra probíhá většinou na úrovni 60-70% VO_2 max. a zabere cca 20-30% celkového trvání zápasu. Hodnoty laktátu většinou nepřekročí 3 mmol/l (Grasgruber, Cacek, 2008).

Oběhové zatížení se pohybuje na úrovni 60-78% SF max., přičemž hodnoty u žen jsou vyšší než u mužů. Při tréninku ve vyšších teplotách hrozí tepelný stres způsobený tepelnou zátěží (např. rozpálený povrch), nutná je pravidelná hydratace (Havlíčková a kol., 1993).

Morfo-funkční charakteristika sportovce

Ideální tenista by měl být vysoké postavy (lepší dosah na míček a účinnější servis) s nižším množstvím podkožního tuku a nepříliš robustní, lineární konstitucí.¹³ Hráč by měl být dobře pohyblivý. Vhodné jsou dlouhé paže s vysokým brachiálním indexem a spíše níže položené těžiště. Ve světové špičce se však setkáváme s velkou variabilitou proporcí. Výhodné je dovnitř vyklenuté (invertní) chodidlo, které umožňuje rychlou frekvenci kroků. Mezi vrcholovými hráčkami nalezneme jak robustní postavy, tak postavy subtilní. Somatotyp jak u mužů, tak u žen odpovídá ektomezomorfii: muži 2 - 4,5 - 3, ženy 3,5 - 3,5 - 3¹⁴ (Grasgruber, Cacek, 2008).

Nutná je rychlá opticko-motorická reakce, dobrá práce nohou a švihový pohyb dominantní horní končetiny. Vrcholoví tenisté mají rychlejší reakční časy jak na jednoduchý optický signál (jednoduchý test reakční rychlosti), tak na složitý výběrový test reakční rychlosti. Důležitá je schopnost anticipace (Havlíčková a kol., 1993).

Je nutné brát při tréninku v úvahu anatomické předpoklady svěřence, snadno totiž může dojít k přetížení organismu a následnému zranění svěřence, které výrazně ovlivní následující sportovní činnost.

¹³ Grasgruber a Cacek (2008) uvádějí průměrné rozměry hráčů (mužů) Top 20 ATP ze srpna 2004: 183,7 cm/77,5 kg s rozpětím 175-193 cm/66-88 kg. Průměrné rozměry hráček (žen) Top 20 WTA ze srpna 2004: 174,5 cm/64,5 kg s rozpětím 163-185 cm/55-73 kg.

¹⁴ Dle Havlíčkové a kol. (1993) průměr u amerických hráčů činí 2,2-4,6-3, u hráček 3,1-3,9-3,6.

Pro kvalitní práci se svěřenci je nutné znát jejich zdravotní stav, predikovat hlavní tělesné rozměry jako je tělesná výška. Popřípadě pokud bude svěřenec absolutně somaticky nevyhovovat pro tenis, doporučit jiný vhodnější sport.

Zdravotní aspekty

Tenis má příznivý vliv na celkový zdravotní stav. Je to ovšem jednostranná aktivita, po které musí následovat jistá kompenzační a vyrovnávací cvičení (obzvláště u dětí předškolního a mladšího školního věku riziko špatného držení těla).

Dalším aspektem, kterému se musíme věnovat, jsou zranění nazývajících se „tenisový loket“ a „tenisové rameno“. Obě enteziopatie vznikají při nedostatečně vyvinuté muskulatuře předloktí a zápěstí, při nesprávně zvládnutém pohybovém stereotypu či z nevhodně zvolené rakety či výpletu. Hojným zraněním je také distorze v hlezenním kloubu či přetížení šlachového aparátu na dolní končetině. Těmto zraněním se snažíme předcházet výběrem vhodné obuvi (Havlíčková a kol., 1993).

2.2.2 Vnější faktory ovlivňující činnost sportovce

2.2.2.1 Vliv rodiny

Rodiče jsou značně zainteresováni ve sportování jejich dítěte. Nejen, že to jsou především oni, kdo dítě ke sportu¹⁵ přivedou, či mu ke sportování usnadní cestu, ale také zajišťují technickou a finanční podporu. Nemalou podporou je také podpora emocionální a psychologická. Rodiče ovlivňují motivaci dítěte, stanovení charakteristik úspěchu, emoční prožitky a také následný zájem dítěte o udržení či o odpoutání od sportovní činnosti. Jejich nejdůležitější rolí ovšem je vytvoření optimálního psychologického klimatu v prostředí, ve kterém dítě sport provozuje (Horn, 2008).

Rodiče tak mohou dítě ovlivnit jak silně pozitivně, tak silně negativně. Vlivem rodičů na sportování dítěte se zabývalo hned několik studií. Krane, Greenleaf, Snow (1997, in Weineberg, Gould, 2007) zjistili ve svém výzkumu týkající se mladých bývalých elitních gymnastek, vliv konkurenčního, cílem orientovaného prostředí na chování gym-

¹⁵ Výzkum Baxter-Jones a Maffulliniho (2003) zaměřený na vliv rodičů při zapojení mladých sportovců do sportu poukazuje na to, že 57% dětí přivedli k tenisu právě rodiče.

nastek. Prostředí vedlo k nadměrnému spoléhání na sociální srovnávání, k potřebě demonstrovat svoji nadřazenost a k důrazu na vnější odměny. Dalšími výsledky života v tomto prostředí byly poruchy příjmu potravy, přetrénování, odmítání lékařských doporučení. V dalších studiích jsou závěry optimističtější - VanYperen, (1995) označil rodiče za podporu vyrovnávající mladé sportovce, kteří by jinak podleli nepříznivým účinkům stresových situací. Duda, Hom (1993) demonstrovali, že cílová orientace dětí se signifikantně shoduje s tou, kterou přijali jejich rodiče. Velmi negativní jev rušení rodičů popisuje Strean (1995), který hovoří o rodičích, kteří koučují své děti z postranní čáry a chtějí po dětech, aby plnili jejich příkazy, které jsou ale přesným opakem toho, co po nich chce jejich trenér. Rodič tak staví dítě do neřešitelné situace, ze které nemůže vyjít s dobrým pocitem. Jako pozitivní dopad pak Strean vidí usnadnění zapojení dětí do sportu díky rodičům, pozitivní dopad na motivaci dítěte či ukáznění dítěte při tréninku. Weinberg a Gould zdůrazňují důležitost vzdělávání rodičů trenéry (Weinberg, Gould, 2007).

Jak již bylo řečeno výše, rodiče velmi silně ovlivňují motivaci dítěte. Motivaci ovlivňují dle modelu očekávané hodnoty¹⁶ pomocí hodnot a přání (očekávání). Ecclesová a její kolegyně (1998, in Weiss 2004) rozšířili zmíněný model o pohled na to, jak rodiče tvarují dětská přání a hodnoty. Děje se tak pomocí interpretací zkušeností a poskytováním zkušeností. Rodiče pomáhají interpretovat zkušenosti jejich dětí tím, že jim říkají, s jakou pravděpodobností, dle jejich názoru, má dítě šanci dosáhnout úspěchu spolu s tím, že jim říkají jakou hodnotu má účast na této aktivitě. V praxi to vypadá tak, že sportovec, jehož rodiče mají vyšší očekávání jeho úspěchu a sdělují mu hodnotu účasti ve sportu, mají výhodnější motivaci.

Rodiče dále motivují děti svým chováním. Příkladem může být odměňování malých tenistů po výhře či trest po prohře. Oba dva způsoby zvýšení motivace dětí ale naopak snižují pravděpodobnost toho, že se děti budou věnovat tenisu i v budoucnu. Vysoký tlak rodičů na dosažení úspěchu může vést k negativním projevům u hráče, které vedou ke zvýšení stresu, úzkosti a možnosti vyhoření. Děti často během zápasu, kdy prohráva-

¹⁶ V originálu „*Expectancy-value model*“, jehož autorkou je Ecclesová a kol. (1983, 1998) vysvětluje kontextové vlivy na ontogenezi individuálních rozdílů v motivaci. Je založen na předpokladu, že rozhodnutí jednotlivců účastnit se aktivit jsou tvořeny v souvislosti s řadou možností, což je důležité pro pochopení jak významný je vliv dospělých na toto rozhodnutí (Weiss, 2004).

jí, myslí na rodiče, na to, co si budou myslet, co řeknou na prohru a hlavně je nechtějí zklamat (Weiss, 2004). To vše však rodiče často dělají nevědomě (Quinton, 2013).

Dle autorek Schumacher a Kellersové (2008) jsou rodiče do sportu svých dětí zapojeni, ale i jej ovlivňují a dokonce i ruší či znesnadňují. Zapojení rodičů do sportovních aktivit dětí u některých rodičů vytvoří pocit nároku. Poté co dítěti koupí sportovní výbavu, dopravují ho na trénink, dají malý sponzorský dar klubu, očekávají trofeje a diplomy i za poslední místo na turnaji. Přitom odměnou za to všechno by měla být možnost „jít si zahrát“. Rodiče se také často bojí, že prohra dítěti ublíží a snaží se jej toho ušetřit, přitom by měli těchto situací využít ve prospěch učení se zkušenostmi a posílit tak dítě do budoucnosti. Rodiče ovlivňují sportovce především svým chováním. Dítě se učí nápodobou, a pokud po prohraném zápase bude tatínek dávat prohru za vinu špatnému počasí, dítě bude toto chování opakovat a nenaučí se samo přijímat své chyby, vyrovnávat se s nimi a učit se z nich. Rodiče, kteří se příliš zaměřují na úspěch dítěte, pak mohou v dětech vybudovat takovou výkonovou motivaci, ve které převažuje motiv vyhnout se neúspěchu, a to neustálým opakováním toho, co tenista dělal špatně či preferováním úspěchu nad radostí ze hry a učení se sportem. Rodič pak ruší hru dítěte a znesnadňuje mu dosažení úspěchu i obyčejné radosti ze hry, již zmíněným pokřikováním na dítě, kdy mu zpoza plotu předává rady a instrukce, které jsou však buď v úplném rozporu s tím, co mu říká trenér, nebo jsou sice v souladu s trenérovými radami, ale řečeny v naprosto nevhodných situacích, kdy je výsledkem spíše snížení sebedůvěry dítěte (Schumacher, Kellers, 2008).

Welk (1999) se, na rozdíl od Schumacherové a Kellersové, zmiňuje ve svém článku o roli rodičů pozitivně. Píše o rodičovské podpoře, kdy dodávají dětem sebedůvěru, snaží se jim vštípit důležitost sportu (na rozdíl od dívání se na televizi). Což je velmi důležité, jelikož stupeň zapojení rodičů do aktivity koreluje s dětským vnímáním své fyzické způsobilosti. Dále se zmiňuje o rodičovském zapojení, kdy rodič s dítětem sám sportuje a snaží se zlepšit své dovednosti. Což souvisí s modelovou rolí rodiče, kdy rodič představuje dítěti určitý způsob života, to co je pro něj důležité a poukazuje na hodnoty, které uznává. Dítě pak má ihned blíže k aktivnímu způsobu života. Dál píše o rodičovském usnadnění, kdy rodič poskytuje materiální, finanční a psychickou podporu (Welk, 1999).

Vliv rodičů může být jak pozitivní, tak negativní. Pohybujeme se na škále od maximálního „pozitivna“, kdy rodiče fungují jako vzory pro své děti, usnadňují jim přístup ke sportu, jsou pro ně oporou ve všech situacích, využívají sportu jako prostředku sociálního učení, seberealizace dítěte a vyzkoušení si „života“ dítětem „nanečisto“. Druhým pólem škály je maximální „negativno“, kdy rodiče skrze své dítě realizují své vlastní sny, tlačí děti do něčeho, co ony samy nechtějí, zajímá je pouze úspěch, za neúspěch je trestají, přičemž v nich pěstují malé sebevědomí. Jsou ochotni plnit cíle i přes riziko zdravotních problémů. Otázkou je, jak je možné, že chování rodičů, kterým na svých dětech záleží, je tak široce různorodé. Vysvětlujeme si to různorodostí osobností jednotlivých rodičů. Rodičům sportujících dětí bychom měli poradit, aby nejdříve poznali sami sebe, své vlastní cíle a našli cestu k jejich plnění, dále aby poznali přání svých dětí a naslouchali jim.

2.2.2.2 Vliv trenéra

Trenérská profese se řadí mezi profese pedagogické. Trenér dle Sekota (2008, str. 69) „představuje formálního vůdce, který zastává několik funkcí: 1. Plánuje, řídí a vyhodnocuje tréninkový proces; 2. Organizačně zabezpečuje sportovní činnost svých svěřenců; 3. Vede sportovní kolektiv ve sportovních soutěžích; 4. Zplnomocňuje své svěřence na cestě poznání a rozvíjení vlastního talentu, připravuje je na cestu společenského uznání a přijímání.“

Dle Barić (2007, in Trninić, M., a kol., 2009) je trenér jedním z nejdůležitějších faktorů, které ovlivňují sportovcův vývoj a pokrok. To jak je trenér schopný vytvořit prostředí optimální k učení a pokroku je jedním z klíčových faktorů sportovcova vývoje (Horton a kol, 2005, in Trninić, M., a kol., 2009). Trenér má nejen za úkol naučit sportovce daný sport, ale zároveň je významným socializačním činitelem a v určitém věkovém období dítěte i jeho idol a vzor. S trenérem tráví svěřenec několik hodin denně, proto je nesmírně důležitá osobnost trenéra, jeho pohled na svět, jeho hodnoty a postoje, které dále prezentuje. Další nezastupitelnou rolí trenéra je schopnost vhodně sportovce motivovat, ale také poradit v rovině osobní. Trenér by měl být důvěryhodnou osobou, na kterou se svěřenec může vždy obrátit, se kterou může diskutovat a bavit se, ale zároveň musí být pro svěřence autoritou.

Za základní kámen vlivu trenéra považujeme vztah trenéra a svěřence. Vztah svěřence a trenéra je komplexní fenomén s mnoha prvky, které působí jak samostatně, tak interaktivně: 1. Vzájemné charakteristické individuální rozdíly (věk, pohlaví, zkušenosti, osobnost); 2. Sportovní prostředí, do kterého je vztah integrován (typ a úroveň sportu); 3. Kulturní prostředí zahrnující hodnoty, filosofie, normy a přesvědčení. Tyto prvky nezanedbatelně ovlivňují vztah trenéra a hráče v rovině intrapersonální (motivace, hrdost, uspokojení, radost), v rovině interpersonální (komunikace, konflikty a jejich řešení, způsoby rozhodování), v rovině psychosociální (motivační klima, týmová koheze) a v rovině sportovně specifické (kondice, kvalita tréninku, rozvoj dovedností a soutěžní výkon), (Taylor, Wilson, 2005).

Obecným předpokladem, se kterým je spojen výkon hráče a úspěšnost v soutěži, je chování trenéra jako vůdčí osobnosti (Trninić a kol., 2009). Perspektiva vedení zdůrazňuje interpersonální chování trenérů, konkrétně dopad chování a jednání trenérů na fyzické a psychosociální aspekty u hráčů jako je výkon, spokojenost a sebeúcta. Chování trenéra jako vůdce tak silně ovlivňuje hráče při stanovení jejich cílů. Působení chování trenéra jako vůdce zkoumají dva modely: multidimenzionální a zprostředkující (Taylor, Wilson, 2005).

Multidimenzionální model autorů Chelladuraie a Carrona se zaměřuje na tři aspekty chování trenéra, a to na aktuální chování vůdce (chování, které je dáno osobností trenéra, jeho zkušenostmi a schopnostmi), preferovaným chováním vůdce (které odráží charakteristiku členů) a vyžadované chování vůdce (které je diktováno omezeními a požadavky dané situace). Tento model předpokládá, že stupeň výkonu a uspokojení hráče se shoduje se stupněm shody tří aspektů chování vůdce. Na základě tohoto modelu vznikla stupnice vůdců pro sport¹⁷, která měří pět chování vůdců jak z trenérovy, tak ze sportovcovy perspektivy: autokratické a demokratické chování, tréninkové i instrukční chování, které koresponduje s úkolově orientovaným chováním trenéra, sociálně podporující chování, které koresponduje se vztahově orientovaným chováním trenéra a poslední je trenérova pozitivní zpětná vazba, která je hráčem brána jako motivace.

Naproti tomu zprostředkující model, autorů Smolla a kolegů (2005), se zaměřuje na vzájemné vztahy mezi chováním trenéra a vnímáním trenérova chování hráčem, stejně

¹⁷ Origin. The Leadership Scale for Sports (LSS)

tak jako přístup hráče k trenérovi. Zprostředkující model se posouvá mezi posouzením vnímání chování trenéra a posouzením jeho skutečného chování na dvorci. Na základě toho byl vytvořen systém posuzování trenérského chování¹⁸, který, na základě přímého pozorování a analýzy chování trenérů během tréninků a zápasů, obsahuje dvanáct dimenzí chování, které se týkají např. trestání, ignorování chyb, obecných technických instrukcí, organizace či obecné komunikace (Taylor, Wilson, 2005).

Samozřejmostí je, že na vztahu trenéra a hráče se nepodílí jen trenér, ale také sám hráč. Jowett a kolegové (2002, in Taylor, Wilson, 2005) popisují vztah hráče a trenéra jako situaci, ve které jsou určité subjekty vzájemné, náhodné a také vzájemně závislé. Subjekty rozumíme emoce, myšlenky a chování hráče i trenéra.

Kenow a Williams (1999) ve svém studiu zkoumaly vztah mezi percepcí trenérova chování a kognitivní a somatickou úzkostí hráče, jeho sebevědomím a kompatibilitou trenéra a hráče. Zjistily signifikantní souvislost mezi kompatibilitou vztahu hráče a trenéra a vnímáním trenérova chování hráčem. Hráči se cítili hůře, či méně kompatibilní (slučitelní, spojení) s trenérem, když zaregistrovali snížení pozornosti jemu věnované, či pokud ubylo tělesných projevů (tleskání, mimika apod.) trenéra, to vše během zápasu hráč vyčte z trenérova chování. Naopak hráči se cítili více kompatibilní s trenérem, pokud cítili jeho podporu a zároveň zlepšení komunikace s ním. V tom se autorky shodují s multidimenzionálním modelem. Pokud se hráčovi cíle, osobnost a přání shodují s těmi jeho trenéra, interakce těchto individualit bude pravděpodobně uspokojující pro obě strany a také bude produkovat pozitivní interpersonální atmosféru.

Autorky dále zjistily, že pokud stoupá hráčovo sebevědomí, stoupá také kompatibilita vztahu trenéra a hráče. Co se týče kognitivní a somatické úzkosti, ta, i když je kompatibilita kontrolována, stále signifikantně souvisí s vnímáním a hodnocením trenérova chování hráčem (Kenow, Williams, 1999). Tento závěr si vysvětlujeme tím, že úzkost, jak somatická tak kognitivní, je významně spojena s osobností hráče a s jeho autonomním nervovým systémem. Proto na ni i kontrolovaná kompatibilita vztahu hráče a trenéra nemá významný vliv.

Gillet a kol. (2010) zkoumali mimo jiné vliv mezi vnitřní motivací hráče a trenérovo podporou samostatnosti hráče. Došli k výsledku, že podpora trenéra k samostatnosti

¹⁸ Origin. The Coaching Behavior Assessment System (CBAS)

hráče je pozitivně spojena se zvýšením kontextuální sebeurčené motivaci hráče. Hráč ovšem danou podporu musí vnímat.

Jak vidíme, trenér má na hráčův vztah ke sportu značný vliv. Pro přínosné pokračování ve sportovní činnosti si musí hráč a trenér navzájem „sednout“. Nesmírně důležitá je výborná komunikace mezi oběma účastníky vztahu. Pro trenéra je nutné poznání a pochopení osobnosti sportovce, trenér musí znát jeho cíle, hodnoty a přání. Hráč naopak musí znát trenérovy metody a způsob jeho chování. Zvláště děti musí cítit neustálou podporu trenéra a jeho zájem o ně, pokud k tomu nedojde, klesá jejich motivace a zájem o tenis.

2.2.2.3 Vliv vrstevníků

Jednou ze základních potřeb jedince je sdružovat se, vytvářet sociální skupiny, být v kontaktu s druhými lidmi. I děti mají tuto potřebu a věrni ji, účastní se často takových aktivit, jakých se účastní jejich kamarádi. Jedním z důvodů, proč děti začínají s tenisem, byl právě kamarád, který hraje tenis. To zda si tenis oblíbí a zůstane v tréninkové skupině i po odchodu jeho kamaráda, pak záleží hodně na trenérovi, na způsobu vedení tréninku, na podmínkách, které trenér a i rodiče svému dítěti vytvoří.

Jednou velkou samostatnou kapitolou sportovní psychologie je týmová koheze neboli týmová soudržnost. Dokážeme si ji představit spíše v týmových sportech, ale i ve sportech jednotlivců je velmi důležitá, jelikož se na trénincích děti potkávají, hrají spolu, jezdí spolu na soustředění a pokud mezi nimi nebudou kladné a účinné vztahy, dítěti se na tréninky chtít nebude a na soustředění už vůbec ne. Týmová koheze u individuálních sportů, jako je tenis, je tedy důležitá pro více účinný trénink či kumulativní bodování v jednotlivých soutěžích (např. mistrovská utkání¹⁹), (Taylor, Wilson, 2005).

Festinger, Schacter, Back (1950, in Weinberg, Gould, 2007) popisují týmovou kohezi jako dvě různé síly, přičemž první nazývají atraktivitou skupiny, kdy jedinec touží po interpersonálních vztazích se členy skupiny a chce být zahrnut do týmového dění. Druhou sílu nazývají způsoby řízení, kdy hráč chce mít takové výhody, jako mají hráči da-

¹⁹ Mistrovská utkání hraje klubové družstvo skládající se ze 4 chlapců a 2 dívek. Přičemž se hraje 6 dvouher a 3 čtyřhry. Vítězí to družstvo, které vícekrát zvítězí.

ného týmu. Převědeme tuto definici na tenis, např. dítě, které chodí domů ze školy kolem tenisu a vidí, jak se tam děti mezi sebou baví, smějí, jak běhají, soutěží, trenér je rozesmává, učí se něco nového, by to také chtělo dělat, bavit se s nimi a být toho součástí. Jako výhodu může spatřovat nafukovací hrad, který každoročně přivezou na tenis na den dětí a soutěže, které se tam ten den konají.

Na týmovou kohezi však působí několik faktorů: 1. Faktor prostředí (hráči jsou ovlivněni kontrakty, stipendii na školách, rodinnými příslušníci, kteří na ně mají očekávání, určitá zeměpisná omezení, ale také věk a požadavky na způsobilost), 2. Osobnostní faktor (řadíme sem demografické atributy – pohlaví, poznání a motivy – úzkost, přisuzování odpovědnosti, chování – lpění a sociální zahálka), 3. Vůdcovské faktory (obsahuje chování vůdce, styl vůdcování, komunikace, stanovení cílů) a poslední 4. Týmové faktory (Horn, 2008).

Vrstevníci však, tak jak zapříčinili vstup dítěte do sportovní aktivity, mohou někdy i za jeho odchod. Pokud dítě nenajde přátele ve sportovním klubu, hledá si přátele někde jinde. Dalším důvodem odchodu kvůli vrstevníkům je vyčlenění z jejich společnosti, př. může být hráč, který je schopen v tréninkových zápasech podvádět, ostatní na základě jeho nefair play s ním nechtějí hrát a následně se s ním ani bavit.

Vrstevníci mají v životě dětí zásadní roli, poté co se děti učí od rodičů a trenérů, je pro ně interakce se svými vrstevníky nesmírně důležitá. Vliv na dítě mohou mít vrstevníci pozitivní i negativní. Pokud je na tréninku „dobrá parta“, dítě na tréninky chodí rádo, snaží se hrát tenis co nejlépe a jeho volný čas je smysluplně naplněn. Přestože jsme roli trenéra již rozebírali, musíme zde opět zmínit jeho důležitost v posílení týmové soudržnosti, protože právě trenér může velmi snadno týmovou kohezi posilnit, např. společnými výlety, jinými sportovními akcemi a hlavně svým chováním, ve kterém dává jasné najevo, že pro něj je každý svěřenec stejně důležitý a žádného neopomíjí.

2.2.2.4 Další vlivy

Mezi další vlivy, které ovlivňují setrvání dítěte v závodní sportovní činnosti, patří: škola a plnění školních povinností, absolvování vysoké či střední školy mimo trvalé místo bydliště, ekonomická situace rodiny, ostatní zájmy dítěte, materiální podmínky (dostup-

ná hala pro zimní přípravu), nedostatek kvalitních sparingpartnerů.

Jelikož je tenis velmi náročný sport, a to nejen fyzicky ale také finančně. Někteří rodiče i přes to, že jejich dítě tenis baví a že jsou v něm dobří, jsou nuceni ukončit závodní činnosti dítěte. Stává se tak většinou v počátku jejich závodní kariéry. Mnohdy i sami trenéři litují ztráty mladého tenisty a rádi by je podpořili, ale menší tenisové kluby mnohdy nemají peníze ani na provoz areálu. Mohli bychom se zamyslet nad tím, zda by nebylo vhodné v rámci ČTS založit „stipendijní“ fond, který by se o nadějně tenisty, kteří jsou bez finančních prostředků, postaral.

Další vyjmenované vnější faktory považujeme spíše jako podružný důvod ukončení závodní činnosti. Pokud bude hráče tenis bavit, bude spokojen s předváděnými výkony, bude spokojen se způsobem trávení volného času a tenis bude jeho formou seberealizace, je malá možnost, že by třeba odchod na vysokou školu znamenal ukončení jeho závodní činnosti. Stejně tak to platí i pro materiální podmínky a kvalitní sparing partnery, pokud bude hráč chtít, najde si ke splnění těchto podmínek cestu.

Co se týče ostatních zájmů dospívajících, je nutné, aby si tenista stanovil priority a věnoval se tomu zájmu, který ho nejvíce naplňuje. Toto rozhodnutí přichází na začátku dospívání, kdy si mladý sportovec vybere tu sportovní činnost, ve které zažívá nejvíce úspěchů.

2.2.3 Rešerše literatury týkající se důvodů ukončení závodní činnosti

Tématu důvodů ukončení závodní činnosti se věnuje velké množství studií. Na co se však zaměřují, je proces samotného ukončení činnosti, emocionální zvládnutí procesu a následného uplatnění sportovců. Studie se zaměřují převážně na všechny sportovce, našli jsme však několik, které se zaměřují přímo na tenistky: Allison a Meyer (1988), Young, Pearce, Kane, Pain. (2006). Tyto a další studie, které uvedeme, se týkají vrcholových sportovců.

Koukouris (1991, in Fernandez, Stephan, Fouquereau, 2005) ve svém výzkumu, ve kterém se zabýval vyřazovacím procesem elitních řeckých sportovců, zaznamenal tyto důvody ukončení závodní činnosti: neadekvátní finanční podpora klubu či federace, nedostatek úspěchu, nadměrné časové vyčerpání nutné pro podání vrcholového výkonu,

nedostatek adekvátního sportovního vybavení a zranění. Lavallee, Grove a Gordon (1997, in Fernandez, Stephan, Fouquereau, 2005) uvádí jako důvody pracovní či studijní závazky, pokles ve výkonnosti, a hlavně snížení financí a zábavnosti. Detailně se výzkumem důvodu ukončení zabýval Reints (2011, in Moesch, Mayer, Elbe, 2012), který identifikoval 4 motivy na úrovni sportu, devět motivů v oblasti psychologické, deset motivů v oblasti psychosociální, šest na akademické úrovni, dva na úrovni finanční a další dva v úrovni fyzické. Moesch, Mayer, Elbe (2012) zmiňují ve své studii týkající dánských vrcholových sportovců deset rozdílných důvodů. Nejčastějším důvodem jsou nedostatek motivace (26,5%) a zranění (26,5%). Dalším nejvíce procentuálně zastoupeným důvodem jsou důvody rodinné jako trávení více času s partnerem či těhotenství, a to 23,5%. Dále studijní či pracovní důvody 20,6%, finanční důvody 17,6%, nedostatek úspěchu 11,8%, důvody spojené se sportovním prostředím 10,3%, věk 4,4%, deselekce²⁰ 2,9%, a pozitivní dopingový test 1,5%.

Allison a Meyer (1988, in Newell, 2005), zmiňují jako pět hlavních důvodů pro odchod do „sportovního důchodu“ frustraci (40%), cestování²¹ (25%), zranění (15%), ostatní soupeře (10%) a věk (10%). Miley a Crespo (2001) pak v trenérském manuálu uvádí jako důvody, proč hráči končí s tenisem je přílišný tlak, časová náročnost, nudné tréninky, nelibost vůči trenérovi, nedostatek možností ke hře, žádné pokroky a obtíže při učení, provozování jiných sportů, nedostatečná motivace, finanční náročnost či to, že jejich přátelé s tenisem skončili.

Mnoho studií (Alfermann, 2000; Crook & Robertson, 1991; Webb, Nasco, Riley, & Hearick, 1998; Werthner & Orlick, 1986, Alferman et al., 2004) rozděluje důvody ukončení závodní činnosti na dobrovolné a nedobrovolné, na plánované a neplánované a sportovní a nesportovní důvody (Fernandez, Stephan, Fouquereau, 2005).

Značné rozdíly v důvodech ukončení závodní činnosti existují mezi sportovci z různých zemí či kultur. Dle Bronfenbrennerova Ekologického modelu lidského rozvoje (1979, in Moesch, Mayer, Elbe, 2012) ovlivňuje sportovcův vývoj a potažmo i ukončení kariéry nejen mikro-systém, ve kterém sportovec žije (sociální situace sportovce, vliv rodiny,

²⁰ Deselekce probíhá na každé úrovni soutěžního sportu. Jde o vyřazení hráče při výběru talentů. Hráč může být vyřazen z několika důvodů, nejobvyklejším je nízká výkonnost, nedostatek sebeovládání, vztek či nejistota ohledně jejich budoucích výkonů (Taylor, Wilson, 2005).

²¹ Cestováním chápeme dlouhé a časté cesty na turnaje. S tím spojené trávení většiny času mimo domov, rodinu, apod.

vrstevníci, tým a přátelé ze školy), ale také sportovcův mezo-systém (sportovní infrastruktura, pozornost médií, veřejná podpora elitního sportu) a makro-systém (velikost země, úroveň sociálních tradic).

Nepatrné rozdíly pak vidíme i mezi muži a ženami, ty spočívají především v rozdílném plnění společenských rolí (Alfermann, Stambulova, 2007 in Moesch, Mayer, Elbe, 2012).

Většinou se ve všech studiích objevují důvody spojené se zraněním, pracovními či studijními závazky, důvody psychické, věk a nedostatek úspěchu. Ve většině případů však vede k ukončení kariéry několik důvodů najednou. Často ani sami hráči nepřiznají, z jakých konkrétních důvodů končí se závodní činností.

V rešerši jsme zatím zmínili ty studie, které se zabývaly elitním či vrcholovým tenisem, přestože cílem této diplomové práce je zjištění důvodů ukončení závodní činnosti u hráčů nižších výkonnostních úrovní. Příklady z elitního sportu nám však poskytují určitý návod a vhled do problematiky. Na základě nich víme, na co se ve výzkumu dále převážně soustředit. V dalších dvou kapitolách uvedeme předběžnou kategorizaci důvodů ukončení závodní činnosti a uvedeme několik podrobněji popsaných konkrétních příkladů ukončení závodní činnosti, a to jak z elitního, tak méně výkonnostního tenisu.

2.2.3.1 Předběžná kategorizace důvodů ukončení závodní činnosti

Tabulka 3: Předběžná kategorizace důvodů ukončení závodní činnosti

zdravotní důvody	psychické důvody	ekonomické důvody
<ul style="list-style-type: none"> • zranění • těhotenství 	<ul style="list-style-type: none"> • nedostatek či nadbytek motivace • frustrace hráče z nedosažení vytyčených cílů či neuspokojení jeho základních potřeb • přílišný tlak vyvolávající náhlou úzkost 	<ul style="list-style-type: none"> • nedostatek financí • nedostatek materiálního vybavení • náklady a čas na cestování • nadměrná potřeba času
sociální důvody		tréninkové důvody
<ul style="list-style-type: none"> • nevyhovující sportovní prostředí - kolektiv, vztahy v klubu, vztahy v tréninkové skupině • jiná sportovní zájmová činnost • nástup do práce či na vysokou školu • přátelé ukončili závodní činnosti • náročné studium na střední škole • málo času na rodinu • nadměrná očekávání rodiny vedoucí ke zvýšené úzkosti hráče • nezájem rodiny k hráčově závodní aktivitě 		<ul style="list-style-type: none"> • nedostatek možností ke hře • nekvalitní sparing partneři • nevyhovující trenér - filozofie, přílišné nároky, nezájem o hráče • nedostatek úspěchu • pomalý či žádný pokrok • nudné tréninky • zákaz startu - přestupky, doping

V předchozí tabulce jsme uvedli možnou kategorizaci důvodů ukončení závodní činnosti. Každý z důvodů se vyskytl alespoň v jedné studii zabývající se daným tématem. Některé z důvodů jsme kvůli jejich širokému záběru a význačnosti jejich vysvětlení umístili do více kategorií najednou.

2.2.3.2 Příklady ukončení závodní činnosti

Při zkoumání důvodů ukončení závodní činnosti jsme narazili hned na několik zajímavých případů. Začneme případem André Agassiho, který byl světovou tenisovou jedničkou, hrál neuvěřitelný tenis, kterým bavil nejen diváky, ale vypadalo to, že i sebe. Přesto ve své autobiografické knize, ihned v první kapitole řekl, že tenis od malička nenáviděl. Přesto svou kariéru ukončil až ve 36-ti letech. Dalším tenistou, který tenis neměl rád, a přesto dosahoval výborným výsledků, je český reprezentant Robin Vik. Robina k tenisu přivedli rodiče, přestože chtěl hrát fotbal, trenér i rodiče viděli větší možnost úspěchu právě v tenise a on se musel s fotbalem rozloučit. Zde Nekolová (2011) vidí prvopočátky následujícího vzniku úzkosti, změn nálad a nechuti hrát, které vedly k následnému přerušení kariéry. Vik se nerad o tenise bavil, když se však dostal na kurt, zvítězila jeho touha soutěžit a vyhrával. V soukromí ale často uvažoval o ukončení kariéry, tomu ale zabránilo uvědomění si toho, kolik peněz a času jemu rodiče obětovali. Po poklesu výkonnosti, objevení úzkosti, ztrátě motivace a celkovému psychickému vyčerpání nakonec kariéru přerušil s tím, že se k tenisu již nevrátí. Po téměř dvouleté pauze se k tenisu vrátil a pociťoval uspokojení, jelikož poprvé za celou dobu byl on sám tvůrcem toho, co dělal. Kvůli zranění ramene, rok po návratu, kariéru definitivně ukončil.

Zajímavým případem je ukončení kariéry kanadské hráčky Rebeccy Marino. Ta ohlásila konec kariéry na začátku letošního roku, a to teprve ve svých 22- ti letech. Rebecca trpěla několik let chronickými depresemi, dále se nedokázala smířit se sociální izolací, kterou zažívala při neustálém cestování na turnaje, tréninky. Chyběli jí přátelé rodina a vyhlídka na „normální“ život. Poslední kapkou pak byly obtěžující zprávy na sociálních sítích, které dostávala od „fanoušků“ a hanlivé zprávy od odpůrců (Bacon, 2013).

Během závodní činnosti autorky této práce, která probíhala na úrovni výkonnostní krajské-republikové, jsme se setkali s mnoha různými důvody ukončení závodní činnosti. Uvedeme několik příkladů. Velmi často hráči končili z ekonomických důvodů, rodiče například neměli auto a pro hráče bylo velmi časově náročné se na turnaje dopravovat sami vlakem či autobusem, což vedlo k účasti pouze na turnajích pořádaných velmi blízko a následně i ke konci účasti na těchto turnajích. Dalším velmi častým důvodem bylo čisté ztracení zájmu o tenis, spoluhráčům připadali tréninky nudné, našli si přátele mimo tenis a s nimi chtěli trávit čas a hlavně jej trávit dle nich smysluplnější činností.

Nakolik tato činnost byla smysluplná, můžeme spekulovat. Autorka sama například přímo od závodní činnosti plynule přešla k trenérské činnosti, která ji naplňovala mnohem více, definitivní tečkou závodní činnosti bylo přijetí na VŠ mimo bydliště autorky. Školní povinnosti jsou také častým důvodem k ukončení závodní činnosti, a to především u takových hráčů, jejichž rodiny tenisu nikdy významně nepřilnuli a považovali je spíše za takovou výplň volného času. Dále to může být i těžká rodinná situace, např. rozvod, problémy s alkoholem, úmrtí v rodině.

Specifickým ukončením závodní činnosti je odchod hráče na VŠ do zahraničí, kde je mu poskytnuto sportovní stipendium. Tato možnost je dnes mladými nadějnými sportovci hojně využívána, nejen že získají kvalitní jazykové vybavení, ale také diplom na prestižní univerzitě a zároveň dále hrají tenis a reprezentují danou školu. Ukončí však jakoukoliv závodní činnost v ČR.

3 CÍLE A ÚKOLY PRÁCE, HYPOTÉZY

3.1 Cíl práce

Primárním cílem diplomové práce je analýza možných důvodů ukončení závodní kariéry u dospívajících hráčů tenisu, získaných kvalitativní metodou sběru dat. Sekundárním cílem je, na základě těchto informací a informací získaných z krátkých rozhovorů s trenéry, vytvoření návrhu teoretického modelu kategorizace.

3.2 Úkoly práce

Hlavním úkolem práce je kvalitativní sběr dat a sepsání kazuistik o ukončení závodní činnosti čtyř tenisových hráčů.

Mezi dílčí úkoly práce patří:

- studium odborné literatury týkající se zkoumané oblasti, sepsání teoretických východisek práce,
- vytipování trenérů a uskutečnění krátkých rozhovorů,
- vytipování probandů a dohodnutí spolupráce,
- sestavení souboru otázek,
- uskutečnění narativního rozhovoru s prvky interview s probandy,
- analýza získaných informací,
- doplňující rozhovor s probandy,
- sepsání výzkumné části práce.

3.3 Vědecké otázky

V1: „Proč hráč začal hrát tenis?“

V2: „Jaký byl hlavní důvod ukončení závodní činnosti hráče?“

V3: „Jak dlouhý byl proces ukončení závodní činnosti?“

4 METODIKA PRÁCE

4.1 Popis sledovaného souboru

Sledovaný soubor je složen ze čtyř probandů, kteří byli vybráni na základě dobrovolnosti a dostupnosti. Společným znakem probandů je ukončení závodní činnosti v tenise v době jejich dospívání (14-19 let). Ukončením myslíme dlouhodobou (alespoň dvouletou) neúčast na závodních turnajích. Dva z probandů již nejsou registrovanými hráči, dva jsou registrovanými hráči a zároveň hrají za své kluby již několik let mistrovská soutěže družstev. Důvodem zařazení dvou registrovaných hráčů do studie je jejich osobní přesvědčení, že závodní činnost ukončili.

4.2 Použité metody

Výzkum je v rámci této diplomové práce proveden kvalitativní formou výzkumu - případovou studií. Hendl (2005) popisuje, že v případě: „*Případové studie jde o detailní studium jednoho případu nebo několika málo případů. V případové studii jde o zachycení složitosti případu, o popis vztahů v jejich celistvosti.*“

4.2.1 Metody získávání dat

4.2.1.1 Interview

Interview nám poslouží k získání informací o daném tématu od trenérů. Půjde o krátké telefonické interview, s předem stanovenými otevřenými otázkami. V průběhu rozhovoru bude využito tzv. sondáže (prohloubení odpovědí v určitém směru).

4.2.1.2 Narativní rozhovor s prvky interview

Při narativním rozhovoru určujeme předmět tématu vyprávění, následuje vyprávění tázané osoby, poté kladení otázek tazatelem pro vyjasnění nejasností a zobecňující otázky. Příkladem prvku interview je otevřená otázka, jejíž zodpovězení je nutné pro

pochopení situace. Tato metoda bude použita při rozhovoru s probandem případové studie.

4.2.1.3 Metoda životní křivky

Metoda životní křivky nám umožňuje zachytit individuální průběh života probanda. Ale také z jejího směru a tvaru dokážeme odhadnout vztah probanda k daným událostem (Hunalová, 2007). Tuto metodu modifikujeme na tenisovou životní křivku, která by nám však měla přinést stejné informace jako křivka nemodifikovaná. Po počátečním prolomení psychických bariér, proband dostane arch čistého bílého papíru a tužku, jeho úkolem bude zaznamenat na papír pomocí časové křivky průběh svého „tenisového života“. Do křivky tedy zaznamená ty události či pocity, které se mu jeví jako klíčové při utváření jeho závodní činnosti. Cílem této metody je navození atmosféry pro rozhovor, přesun probanda zpět do tohoto období a zároveň zamyšlení se a sebereflexe probanda. Křivkou pak budeme spolu s probandem postupně procházet tak, abychom dle křivky prošli všemi předem určenými oblastmi rozhovoru. Proband nám bude vysvětlovat zaznamenané události a vyprávět o nich, my na ně můžeme aktivně reagovat, klást doplňující otázky či se u jednoho bodu zastavit a více ho rozebrat.

4.2.2 Příprava, kódování a zpracování dat

4.2.2.1 Technické zaznamenání dat

Zaznamenání a fixace kvalitativních dat bude zprostředkována pomocí diktafonu.

4.2.2.2 Doslovná transkripce

Transkripce je proces převodu mluveného záznamu do podoby písemné. Je nutná pro podrobné vyhodnocení narativního rozhovoru.

4.2.2.3 Otevřené kódování

Otevřené kódování lze aplikovat různým způsobem. V naší práci budeme kódovat jak jednotlivá slova, sousloví, tak celé věty a odstavce textu. Jednotlivé kódy budou platné pro určité kategorie a jejich podkategorie.

4.2.3 Metody analýzy, vyhodnocování a interpretace dat

4.2.3.1 Analýza orientovaná na případ

Dle Hendla (2005, str. 226): „Analýza orientovaná na případ uvažuje případ jako cestou entitu a hledá konfigurace, asociace, příčiny a následky uvnitř případu, případně provádí komparaci mezi několika málo případy.“

4.2.3.2 Metoda vytváření trsů

Metoda, dle které seskupujeme určité výroky do skupin dle tématu, času, prostoru či jiných parametrů.

4.3 Průběh výzkumu

Kvalitativní výzkum bude rozdělen do několika fází. V první fázi se nejprve zaměříme na získání informací a názorů od trenérů tenisu, a to pomocí krátkých rozhovorů, kdy trenéři budou odpovídat na předem připravené otevřené otázky:

1. „Kolik procent dospívajících (v rozmezí 14-19 let), dle Vašeho názoru, ukončí závodní činnost v tenise?“
2. „Z jakých důvodů si myslíte, že závodní činnost opouštějí?“
3. „Pamatujete si na nějaký specifický případ tenisty, který skončil se závodní činností a který Vás zaujal?“
4. „Kolik procent bývalých hráčů si myslíte, že se k tenisu vrátí, a to v jakékoliv podobě?“
5. „Snažíte se tomuto úbytku tenistů a tenistek nějak zamezovat?“

Počet oslovených trenérů odhadujeme na 20 - 30.

Ve druhé fázi se zaměříme na samotné případové studie. Při setkání s probandem mu ještě jednou vysvětlíme účel a následné použití výsledků z rozhovoru. Před počátkem rozhovoru nám proband podepíše informovaný souhlas se záznamem. Poté začne samotný narativní rozhovor, před kterým se pokusíme prolomit případné psychické bariéry a získat důvěru probanda. Narativní rozhovor pracovní rozdělujeme do tří hlavních a

jedné doplňkové etapy. V každé z oblastí se nejprve budeme zabývat informativními skutečnostmi a následně psychologickou stránkou problému. Před započítím rozhovoru necháme probanda nakreslit životní křivku, která nám dále poslouží jako osnova rozhovoru.

V první etapě, kterou nazýváme počátky tenisové činnosti, nás nejprve budou zajímat informativní skutečnosti, jako kdo jej přivedl k tenisu, v kolika letech, zda se zúčastnil jiných zájmových kroužků. Po psychologické stránce nás budou zajímat subjektivní pocity hráče (jak se proband cítil při tréninku, jaké vztahy fungovaly v klubu, jak by ohodnotil vztah trenéra k jeho osobě, vztah rodičů ke sportu) a motivace hráče.

Ve druhé etapě se budeme zabývat počátky problémů, které mohly vést k myšlence o ukončení závodní činnosti. Co se týče informativních skutečností, budeme znát: množství tréninků a jejich náročnost, tenisové úspěchy a neúspěchy, podporu rodiny, množství přátel. Z hlediska stránky psychologické nás bude zajímat pocit uspokojení ze sportovní činnosti, míru seberealizace, aspirace hráče v tenise, představy o budoucnosti hráče, spokojenost s tenisovým životem i s životem mimo tenis, motivace hráče k setrvání u tenisu, naplnění sociálních potřeb hráče.

Třetí etapa nazvaná ukončení závodní činnosti se pak z hlediska informativních skutečností zabývá dobou, kdy se jedinec vnitřně rozhodl ukončit závodní činnost a dobou, kdy toto rozhodnutí sdělil svému okolí. Jaké v té době zažíval úspěchy a neúspěchy, jaká byla jeho výkonnost a jak komunikoval s trenérem apod. Z hlediska psychologického nás zajímá, jak velký byl vnitřní konflikt hráče, když se rozhodoval, zda s tenisem skončí či nikoliv. Jaké zažíval pocity po vnitřním rozhodnutí, že přestane hrát, jestli se bál tuto informaci sdělit svému okolí. Jak okolí na tuto informaci reagovalo. Jak hráč snášel prvotní změnu, kdy najednou nemusel na trénink, nebo na turnaj.

Poslední doplňkovou etapou se dostaneme do současnosti. Pokusíme se zjistit, jak se hráč s celkovou změnou svého života vyrovnal, zda následně svého činu nelitoval, jak se s touto změnou vyrovnalo okolí, zda to mělo nějaké dopady na vztahy s okolím. Dále nás bude zajímat, jak hráč vyplnil časovou mezeru, zda se začal věnovat jinému sportu, či si našel jiný koníček. Také se pokusíme zjistit, zda se hráč v průběhu svého života již vrátil, třebaže jen rekreačně, nebo návrat plánuje.

Třetí fází výzkumu bude transkripce rozhovorů, jejich kódování, analýza a následný, pokud bude nutný, doplňkový rozhovor s probandy. Při doplňkovém rozhovoru s probandy využijeme především metody interview, kdy si předem připravíme otázky.

Po získání veškerého materiálu přistoupíme k samotnému srovnání a porovnání příběhu čtyř probandů a srovnání těchto čtyř případů s poznatky trenérů. Poté se zaměříme na vytvoření modelu kategorizaci důvodů ukončení závodní činnosti.

5 VÝSLEDKY

5.1 Narativní rozhovor s probandy

5.1.1 Proband č. 1

Muž, 22 let (nar. červenec 1991), student

Důležité tenisové milníky zachycené metodou životní křivky (příloha č. 3) a narativním rozhovorem (příloha č. 4) jsme přehledně zapsali do následující tabulky (tab. č. 4). V další tabulce převzaté z internetových stránek Českého tenisového svazu naleznete umístění hráče na celostátním žebříčku a jeho bodové hodnoty pro celé období závodní činnosti (tab. č. 5).

Tabulka 4: Tenisové milníky probanda č. 1

Rok		Událost
1996 - 4 roky		začal s tenisem na TK SK Kladno pod vedením trenéra F.
2000 – 8 let		změna trenéra – trenér L.
2003 – 11 let		změna trenéra
2005 – 13 let		trénování na I. ČLTK
		hostování na I. ČLTK ve starším žactvu – 2. Místo na MČR družstev
2008		projevuje se únava těla a bolesti kyčle (v dorostu odehráno 23 turnajů a 6 mistrovských utkání družstev, v dospělých 2 turnaje a 6 mistrovských utkání družstev)
2009		odchod z I. ČLTK zpět do TK SK Kladno, hostování v TK PBtisk Bohutín v dorostu (v dorostu 8 turnajů a 5 mistrovských utkání družstev, v dospělých 10 turnajů a 5 mistrovských utkání družstev)
2010	únor	operace kyčle
	červen	odehráno mistrovské utkání družstev v Německu, odehráno 5 turnajů
2011		odehrán 1 turnaj
2013		trenérem v jedné pražské tenisové škole

Tabulka 5: Umístění na CŽ a BH probanda č. 1

	Klub	ml. žactvo cž (BH)	st. žactvo cž (BH)	dorost cž (BH)	dospělí cž (BH)
2002	TJ SK Kladno	299 (12)			
2003	TJ SK Kladno	107 (25)	393 (6)		
2004	TK SK Kladno	51 (1)	191 (12)		
2005	TK SK Kladno		52 (35)	584 (4)	
2006	TK SK Kladno		26 (1) 45b	314 (9)	
2007	TK SK Kladno			192 (12)	1289 (3)
2008	TK SK Kladno			112 (15)	531 (9)
2009	TK SK Kladno			72 (25)	605 (9)
2010	TK SK Kladno			57 (1)	325 (12)
2011	TK SK Kladno				396 (12)

5.1.1.1 Čtyři tenisové etapy probanda č. 1

První etapa – počátky tenisové činnosti

Proband č. 1 začal hrát tenis, když mu byli 4 roky v klubu TJ SK Kladno. K tenisu jej přivedli jeho rodiče, jelikož se jim tenis jako sport líbil a protože už jej hrála probandaova sestra. Maminka prý neměla ráda fotbal a jiné kolektivní sporty, tenis jí připadal takový čistý. Od malička proband trénoval 2x denně, vždy patřil mezi nejlepší ve své skupině, byl velice šikovný. Neúčastnil se žádných jiných zájmových kroužků, tenis jej bavil. V osmi letech se již zúčastňoval turnajů dětí. Když začal hrát v kategorii mladších žáků, trénoval již denně, na tenis dorazil ihned po škole a domů šel až večer. Na tenise měl většinu svých kamarádů, kolektiv i sociální prostředí mu vyhovovalo. Motivací pro něj byli jak rodiče, trenér, tak on sám a to, že chtěl hrát pěkný tenis a vyhrávat, chtěl se neustále pohybovat v užší tenisové špičce.

Druhá etapa – počátky problémů

Proband č. 1 víceméně nikdy neuvažoval, že by skončil se závodní činností. Přestože hrát tenis bylo náročné (dojíždění na tréninky, individuální plán ve škole), hrál jej velmi rád a neodradily ho od tenisu ani přehnané reakce jeho otce na prohru. Nejvíce úspěchů

zažil na konci starších žáků, kdy dosáhl na 45 bodů, a byl druhý na MČR družstev. Nikdy ale nedosáhl na vítězství na „A“ turnaji, což ho i teď mrzí.

Příčinou budoucích zdravotních problémů bylo infekční onemocnění kyčle v 8 letech. Proband v té době nemohl ani chodit, pouze doma ležet. Do budoucna ho doktor varoval, že i lehké oslabení imunity (rýma, chřipka) může způsobit bolest v kyčli. Poprvé se bolesti v kyčli projeví v roce 2008 (16 – 17 let), kdy proband odehrál 25 turnajů a 12 mistrovských utkání družstev, přepočteno na zápasy za rok 2008 odehrál 112 zápasů na turnajích a 24 zápasů na mistrovských utkáních družstev, mezi tím denně někdy i dvoufázově trénoval. Na konci roku proband cítil celkovou únavu těla a pak právě bolest v kyčli. Po několika vyšetřeních probandovi zjistili počáteční artrózu v obou kyčlích, která se projevila předčasně, a to právě díky velké zátěži. Mezi tím již ukončil spolupráci s I. ČLTK, vrátil se zpět do Kladna, a hostoval v dorostu v Bohutíně. Tréninková skupina na Kladně se rozpadla a bylo těžké sehnat kvalitního sparing partnera, vedení klubu se celé přeobsadilo a také filozofie klubu, která místo závodního tenisu začala upřednostňovat finanční zisk z tenisové školičky.

Třetí etapa – ukončení závodní činnosti

V roce 2009 se proband účastnil pouze 18 turnajů, ve většině z nich ani nehrál čtyřhru. Byl vidět i výkonnostní pokles. V té době proband trénoval 2-3x hodinu týdně. Bolest v kyčli ho trápila po každém tréninku i zápase. Byla mu doporučena operace a výhled do budoucna bez závodního sportu. Byla to pro něj obrovská ztráta a šok a asi poprvé si uvědomil, že se s jeho kyčlí děje něco vážného. Nebyl ale schopen přestat s tenisem ze dne na den a dále s omezeným počtem tréninků hrál. Ztratil kontakt s výkonnostní špičkou, s těmi, co dříve porážel, nyní prohrával, nebo hrál velmi vyrovnaně, dostavila se úzkost z možných proher.

V únoru 2010 šel proband na operaci, která dopadla dobře. Byla mu ponechána jeho kyčel, kterou doktor vymodeloval do optimální podoby. Byla šance, že po operaci hráč bude moci znovu pokračovat v závodní činnosti. Vše tomu napovídalo, jelikož byl v červnu schopen odehrát mistrovské utkání družstev v Německu a v tom samém roce ještě 2 turnaje. Bolest se ale po každém zápase vracela. V dalším roce se proband účastnil dalšího turnaje, ale nedokázal se prosadit. V té době neměl trenéra a bylo pro něj těžké si shánět kvalitní sparing partnery, jelikož všichni hráči, se kterými dřív hrával, už nehráli, nebo nechtěli trénovat.

Mohli bychom říci, že ukončení závodní činnosti trvalo probandovi 3 roky. Po diagnostice v roce 2009 ještě stále trénoval a hrál turnaje, v roce 2010 po operaci se snažil o návrat a v roce 2011 odehrál svůj poslední turnaj.

Čtvrtá etapa – současnost a pohled zpět

Nyní je proband již dva roky bez jakékoliv účasti na závodním turnaji. Jediným tenisem, který provozuje, jsou mistrovská utkání družstev v Německu, které bere i jako formu přivýdělku. K tenisu se vrátil v roli trenéra v jedné pražské tenisové školičce. Stále má tendence vrátit se zpět i k závodnímu tenisu, několikrát kontaktoval svého minulého trenéra, ten se mu však nikdy neozval zpět. Rád by chodil hrát a trénovat sám sebe, ale nedaří se mu sehnat kvalitního sparingpartnera. Je frustrován z neustálého obtelefonování bývalých tréninkových kolegů, a dotazováním se, jestli si nechce jít někdo z nich zahrát. Momentálně trénuje sám sebe maximálně hodinu týdně.

V době operace a následného uzdravování začal s golfem, který hraje i závodně. Golf má rád díky podobnosti s tenisem, že je tam člověk sám za sebe, stejně jako u tenisu je důležitý cit pro míč, švih a kontakt s míčem.

Proband nelituje dětství stráveného na tenisových kurtech a na turnajích. Naopak tenis ho bavil, rád vyhrával a hrál hezky. Bavilo ho trénovat. Když v 16- ti letech velká většina jeho tréninkových kolegů končila s tenisem a závodní činností z důvodů toho, že je to nebaví, že chtějí trávit volný čas jinak než na kurtech, proband stále dál trénoval. Ironií pro něj je, že chtěl tenis hrát, neplánoval skončit, protože ho to bavilo, ale musel přestat hrát, protože nemohl dál zdravotně.

5.1.1.2 Analýza narativního rozhovoru

Pomocí kódování a následné metody vytváření trsů jsme jednotlivé části rozhovoru rozdělili do šesti kategorií: sociální podmínky, tréninkové podmínky, psychika, zdravotní problémy, postoje, jiné zájmy. Všechny kategorie a podkategorie, jsme rozdělili dle subjektivního zabarvení jejich sdělení probandem. V tabulce č. 6 jsou k jednotlivým kategoriím a podkategoriím přiřazeny čísla, která označují, kolikrát se o nich v rozhovoru proband zmínil. V tabulce můžeme vyčíst, že se proband nejčastěji zmiňoval o tréninkovém prostředí, a to hlavně v negativním slova smyslu o své výkonnosti,

sparing partnerech a trenérovi. Dále drtivě převážily kladné postoje k tenisu a ke své tenisové minulosti.

Tabulka 6: Rozkódované kategorie a podkategorie rozhovoru probanda č. 1

Kategorie	Podkategorie	pozitivní	Negativní	neutrální
Postoje k tenisu		6		
Sociální podmínky	rodiče	1	2	2
	kamarádi	1		1
	tenisový klub a vedení	1	1	
Psychické podmínky	motivace			3
	sebevědomí		2	
	seberealizace			1
	reakce na diagnostiku		1	1
	odolnost	1		2
	frustrace		2	
	úzkost			1
Tréninkové podmínky	tréninkové prostředí	1	1	2
	výkonnost	2	4	2
	tréninky	1	2	1
	sparing partneři		4	2
	trenér	1	3	1
Zranění			2	3
Jiné aktivity a zájmy		1		2

5.1.1.3 Vyhodnocení a výsledky

Ještě před naším rozhovorem, při dohodě o účasti ve výzkumu, proband hovořil o tom, že závodní činnost ukončil kvůli zranění. I nadále zranění pokládá za důvod ukončení své závodní kariéry. Dle našeho názoru se ale na ukončení kariéry podílí několik dalších faktorů.

Z hlediska sociálního, proband vyrůstal v rodině, která jej v tenise podporovala, a to někdy až nevhodným způsobem: „.... já jsem to měl v podstatě celou dobu tak, že pokud jsem vyhrál zápas tak to bylo v pořádku, ale pokud jsem prohrál zápas, tak se nebral ohled na to, jak jsem hrál nebo jak dopadl výsledek, prostě jsem prohrál a táta se se

mnou tejdén nebavil.“ Přesto na tenis nezanevřel, naopak vzpomíná na dětství strávené na tenisových kurtech v pozitivním slova smyslu a nelituje strávení veškerého svého volného času na trénincích a na turnajích. Pozitivně dále vzpomíná na sociální prostředí klubu: *„Niméně jako parta lidí tam byla dobrá, ...“* Většina kamarádů probanda pocházela z tenisového prostředí. Domníváme se ale, že se na „starou“ partu kamarádů proband v budoucnosti moc upnul. Poté co se vrátil zpět na Kladno a zjistil, že tam nemá s kým hrát, jelikož se jeho tréninková skupina rozpadla, stále toužil hrát s těmi kluky co dříve. A nejiné to je i dnes: *„...trochu mi to vadí, že neexistují takový, že to nefunguje tak, že mi zavolá ten Tomáš nebo kdokoliv s kým jsem hrál a řekne čau, nechceš si jít zahrát, potřebuju potrénovat a tak. Vždycky to je tak, že musím obtelefonovávat lidi, jestli si nechtějí jít zahrát, jestli nemají čas.“* Po těchto slovech si musíme položit otázku, proč se proband nepokusil podívat a oslovit kvalitní sparing partnery jinde.

Proband již odmalička byl velice motoricky zdatný, svými koordinačními schopnostmi převyšoval ostatní a i přes malou výšku se dokázal na turnajích prosadit: *„Já jsem byl asi docela šikovnej, si myslím, takže už mezi těmi dětmi jsem patřil mezi ty lepší.“* Výkonnostního maxima dosáhl na konci starších žáků ve 14- ti letech, v prvním roce v dorostu však můžeme i dle výsledků zaznamenat výrazný pokles výkonnosti. Příčinou tohoto poklesu může být dokončování růstu a vývoje probanda a i ostatních hráčů, kdy se mu hráči se somatickými faktory vhodnějšími pro tenis začali vyrovnávat, či ho převyšovat. Dále to mohla zapříčinit malá pozornost věnovaná plánování a organizování celého tréninkového procesu a účasti na turnajích, které musí přijít v rozmezí 13/14 let, pokud je hra hráče po technické stránce na kvalitní úrovni (Crespo, M., Miley, D., 1999). Napovídalo by tomu i to, že proband poté již nedosahoval takových výsledků jako v období starších žáků, což je dle nás jeden z důvodů, proč nadále nepokračuje v závodním tenise.

Co se týče zdravotních důvodů, neznáme přesnou příčinu jeho infekčního onemocnění kyčle v 8 letech. Jelikož již odmala trénoval několikrát týdně: *„Já si myslím, že tak určitě minimálně dvakrát týdně, protože naši chtěli, aby to za něco stálo, když už tam takhle chodím. Takže určitě dvakrát týdně, ale možná i vícekrát.“*, je možné, že jeho organismus nebyl na takovou zátěž připraven. V ten rok, kdy se začala objevovat celková únav a poprvé bolesti v kyčli odehrál na turnajích 112 zápasů a na mistrovských utkáních zápasů 24, k tomu denně, někdy i dvoufázově, trénoval: *„To zranění začalo, já*

bych řekl, kolem těch 16-17 let, kdy už si myslím se dostavila celková únava těla, z té zátěže co jsem měl, protože jsem měl kromě těch tréninků odehráno třeba 25 turnajů za rok.“ Jelikož se body do další sezony započítávají pouze z osmi nejlepších akcí²² ve čtyřhře a dvouhře²³, mohli bychom polemizovat o správnosti rozhodnutí účastnit se tolika turnajů za rok a dbání trenéra a potažmo rodičů a hráče o své vlastní zdraví.

Tréninkové podmínky měl proband až do odchodu ze Štvanice kvalitní, v rozhovoru se až do té doby vyjadřoval o trenérech a sparing partnerech i klubu pozitivně. Po návratu na Kladno se ale o tréninkových podmínkách vyjadřoval negativně: „*Takže když jsme se vrátili, tak tam nebylo co hrát. Takže potom co jsem se vracel, Kladno spadlo ze středočeský ligu, takže já jsem šel na hostování do Bohutína, hrál ligu...“*, „*Když jsem se vrátil na Kladno, kde to byla tragédie, kde nebylo s kým hrát.“* Po operaci chtěl dále pokračovat v závodní činnosti, ale nenašel trenéra, ani sparing partnery. Stále ale oslovoval pouze jednoho svého bývalého trenéra. Proč se nepokusil najít trenéra v jiném klubu?

Ke hře tenisu ho nejvíce motivovalo a nejvíce se mu líbilo: „*...Ale líbilo se mi prostě bejt dobrej, hezky to hrát a vyhrávat na těch turnajích. A udržet se v takové té užší špičce, to bylo na tom fajn.“* Jelikož ale došlo k poklesu jeho výkonnosti nejprve v dorostu a poté před a po operaci, je možné, že to, že se již nebude pohybovat v té užší špičce, je dalším skrytým důvodem, proč v závodní činnosti nepokračuje.

Je tedy velmi složité určit hlavní důvod ukončení jeho závodní činnosti. Je možné, že pokud by nepřišlo zranění, proband by stále závodně hrál, ale je také možné, že kvůli snižující se výkonnosti by s tenisem i tak skončil. Také ale mohl využít úbytek hráčů v jeho kategorii a dostat se zpět do užší špičky. Dalším důvodem dle nás je nejistota budoucích úspěchů. Přestože je hráč velmi odolný a cílevědomý, což dokázal při těžké rekonvalescenci, ví, že s neustálou bolestí v kyčli by se zpět mezi špičku neprobojoval a sice má tenis rád, ale ta hlavní potřeba – hrát dobře a vyhrávat – by zřejmě nemohla být naplněna. Tento důvod pak zřejmě hráč schovává za absenci trenéra a sparing partnerů.

²² Dle klasifikačního řádu ČTS, oddíl V., čl. 22: „Za akci je považován každý turnaj s počtem účastníků nejméně osmi ve dvouhře nebo nejméně se čtyřmi dvojicemi ve čtyřhře.“

²³ Dle klasifikačního řádu ČTS, oddíl V., čl. 23: „Ve všech kategoriích se započítává hráčům ve dvouhře i čtyřhře po osmi akcích, z toho maximálně čtyř halových.“

Nicméně i to je jeden z důvodů, proč proband nepokračuje. Zde bychom si mohli položit otázku, zda by se na organizaci klubů ČTS (Český tenisový svaz) nedalo něco vylepšit, aby hráči, kteří chtějí hrát a trénovat mohli.

5.1.2 Proband č. 2

Žena, 27 let (nar. červen 1986), zaměstnanec

Důležité tenisové milníky zachycené metodou životní křivky (příloha č. 5) a narativním rozhovorem (příloha č. 6) jsme přehledně zapsali do následující tabulky (tab. č. 7). V další tabulce převzaté z internetových stránek Českého tenisového svazu naleznete umístění hráče na celostátním žebříčku a jeho bodové hodnoty pro celé období závodní činnosti (tab. č. 8).

Tabulka 7: Tenisové milníky probanda č. 2

Rok	Událost
1991 – 5 let	Začala hrát tenis v LTC Chemopetrol Litvínov pod vedením trenérky B.
1992 – 6 let	Z aktivity pro volný čas se stala hlavní a jediná sportovní aktivita
1994-1995	Soutěž elévů
1998-1999	Turnaje absolvovala s LL
2001	Největší tenisový úspěch – porážka IJ
2005	Neabsolvovala kurz trenéra III. třídy
2006	Maturita a následné ukončení tenisové činnosti

Tabulka 8: Umístění na CŽ a BH probanda č. 2

	Klub	ml. žactvo cž (BH)	st. žactvo cž (BH)	dorost cž (BH)	dospělí cž (BH)
1997	LTC Chemopetrol Litvínov	350 (4)			
1998	LTC Chemopetrol Litvínov	191 (9)			
1999	LTC Chemopetrol Litvínov	164 (1)	313 (4)		
2000	LTC Chemopetrol Litvínov		230 (9)		
2001	LTC Chemopetrol Litvínov		172 (1)	254 (6)	
2002	LTC Chemopetrol Litvínov			202 (6)	783 (3)
2003	LTC Chemopetrol Litvínov			176 (9)	477 (4)
2004	LTC Chemopetrol Litvínov			168 (9)	
2005	LTC Chemopetrol Litvínov			286 (1)	481 (4)

2006	LTC Chemopetrol Litvínov				889 (3)
2007	LTC Chemopetrol Litvínov				821 (3)

5.1.2.1 Čtyři tenisové etapy probanda č. 2

Etapa první – počátky tenisové oblasti

Proband č. 2 začal hrát tenis v pěti letech na vlastní žádost, poté, co ho tenis, při procházce kolem tenisových kurtů, zaujal. Rodiče – táta nejprve nechtěl, jelikož se v té době proband věnoval jiným zájmovým kroužkům (plavání, tanec), ale nakonec svolil. Proband začal trénovat v tenisovém klubu LTC Chemopetrol Litvínov, za který hrál po celou dobu své závodní činnosti. Prvním trenérem byla trenérka B., která trénovala spolu s trenérkou V. tenisovou školičku. Tréninky probíhaly 2-3x týdně, přičemž v jedné tréninkové skupině bylo 6-7 dětí. Od 6- ti let se proband začal věnovat tenisu jako své jediné zájmové činnosti. V 8 letech se proband začal zúčastňovat turnajů elévů. V 10- ti letech byla vytvořená tréninková skupina rozdělena do dvou tréninkových skupin, a to dle výkonnosti hráčů, do „A“, kde hráli výkonnostně silnější hráči a „B“, kde hráli hráči výkonnostně slabší. Od mladších žáků proband trénoval denně, buďto s trenérem soukromě, v tréninkové skupině nebo se sparing partnery, které mu sháněl otec, později i on sám.

Proband se ve své tréninkové skupině cítil dobře, kamarády měl převážně na tenise. Tréninky probanda bavily. Kladně také ohodnotil vztah trenérů a klubu k jeho osobě. Rodiče probanda plně podporovali. Probandovou motivací zpočátku byl právě kolektiv a tenis samotný. Později proband označil za hlavní zdroj motivace ježdění po turnajích, poznávání nových lidí, trávení času jinde než doma, podívání se na nová místa a zkušenosti. Probanda více než získávat medaile a poháry bavilo vyhrávat.

Etapa druhá – počátky problémů

Proband víceméně nikdy nechtěl s tenisem skončit, tenis jej bavil, ale zaujetí táty se postupně stávalo větším, než zaujetí probanda. To se projevilo v jeho 16- ti letech, kdy si poprvé uvědomil, že ho tenis přestává bavit. Přesto stále dál trénoval a to denně, s tátou pak po trénincích chodil na fyzickou kondici. V tomtéž roce proband dosáhl nejlepšího bodového ohodnocení.

Jediným cílem, který proband v tenise měl, bylo dosažení více bodů v následující sezóně, tento cíl si stanovovali s tátou. Jelikož škola probanda moc nebavila, tenis se stal činností jeho seberealizace. Postupně ale začal proband postrádat volný čas, který by mohl strávit způsobem, jakým chce – např. trávení času s osobou opačného pohlaví. Spokojenost probanda s jeho tenisovým životem se tak začala snižovat. Proband však chtěl dál vyhrávat a také uspokojovat své sociální potřeby jako poznávání lidí, získávání zkušeností, poznávání nových prostředí, a to bylo možné prostřednictvím tenisu. Také tu byli rodiče, které proband nechtěl zklamat.

Etapa třetí – ukončení závodní činnosti

Proband svou tenisovou kariéru ukončil v 19- ti letech. Od roku 2005 hrál pouze mistrovská utkání družstev a jen pár turnajů, přesný počet bohužel neznáme. Proband v té době trénoval v tréninkové skupině s trenérem T., bývalá tréninková skupina se postupně rozpadla, kvůli odchodu ostatních hráček a hráčů na vysoké školy či do zaměstnání. Výkonnost probanda nebyla tak vysoká jako dříve, jelikož trénoval méně. V roce 2007 proband maturoval, z důvodů zvládnutí povinností ve škole, hlavně ve svatém týdnu před maturitou, odmítl chodit na tréninky. Po úspěšně zvládnuté maturitě, proband již nešel na žádný trénink, ani se nezúčastnil žádného mistrovského utkání či turnaje.

Jako důvody ukončení závodní činnosti proband označil přílišný tlak ze strany otce, který si poprvé uvědomil v 16- ti letech. Probanda otec k tenisu neustále nutil, to prý zapříčinilo ztrátu motivace probanda a následné omezení tréninků. Za další důvody proband označil školu a přítele.

Nikdy nedošlo na přímé vyslovení toho, že s tenisem končí. Prý to nějak vyplynulo ze situace. Tátu ukončení závodní činnosti a vlastně konec s tenisem mrzel, ale jelikož byl již proband dospělý, nechal to zcela na něm. Maminku to také mrzelo, hlavně ten čas a peníze, které do tenisu celá rodina vložila. Rozhodnutí však nechali zcela na probandovi.

Etapa čtvrtá – současnost a pohled zpět

Nyní je proband již 7 let zcela bez tenisu. Pracuje v sázkové kanceláři a vychovává se svým přítelem syna. Na dětství a dospívání strávené na tenise vzpomíná rád. Nyní lituje, že se tenisu vzdal a hlavně toho, že v roce 2005 neabsolvoval kurz trenéra III. třídy, jelikož by nyní rád trénoval. Občas jej přepadne chuť vzít raketu a jít si zahrát, ale bo-

hužel nemá s kým. Po ukončení závodní činnosti se nevěnoval žádnému jinému sportu nebo koníčku.

5.1.2.2 Analýza narativního rozhovoru

Na rozdíl od prvního případu jsme pomocí kódování a následné metody vytváření trsů jednotlivé části rozhovoru rozdělili pouze do pěti kategorií: sociální podmínky, tréninkové podmínky, psychika, postoje, jiné aktivity a zájmy a všechny kategorie a podkategorie rozdělili dle subjektivního zabarvení jejich sdělení probandem (viz tab. č. 9). V tabulce můžeme vyčíst, že se proband nejčastěji zmiňoval o svém sociálním prostředí, a to zejména o rodičích, konkrétně o otci, přičemž většina sdělení byla negativního charakteru.

Tabulka 9: Rozkódované kategorie a podkategorie rozhovoru probanda č. 2

Kategorie	Podkategorie	pozitivní	negativní	neutrální
Postoje k tenisu		3		
Sociální podmínky	rodiče	1	6	4
	tenisový klub a vedení			1
	volný čas		1	2
	škola		2	1
	přítel			2
Psychické podmínky	motivace	3	2	1
	sebevědomí		1	
	lítost			3
Tréninkové podmínky	tréninková skupina	1		1
	tréninky		1	3
	trenér	1		2
Jiné aktivity a zájmy				1

5.1.2.3 Vyhodnocení a výsledky

Proband se plně věnoval tenisu od svých 6- ti let. Tenisové kurty byly prostředím, kde vyrůstal, kde si našel kamarády a kde si uspokojoval většinu svých sociálních potřeb. Na tenise jej bavilo hlavně: „*Lidi, hrát, jezdit po turnajích, poznávat nový lidi, vypadnout tady vodsad, podívat se někam, zkušenosti.*“ První trhliny se objevily v probando-

vých 16- ti letech, kdy chtěl více času sám pro sebe a zkusit trávit svůj volný čas jinde než na kurtě. U probanda můžeme postupně vysledovat hlavní vývojové úkoly v období dospívání: prvním je emancipace od příliš úzké závislosti na rodině. Proband měl tenis spjat s rodinou, jelikož jej ve sportu rodina plně podporovala, a to hlavně táta, který někdy až přehnaně: „... *Byl do toho zažranej, já teda taky, mě to bavilo. No akorát s tátou byly pořád problémy. Furt se mu něco nelíbilo, když jsem prohrála, když tohle, tamhleto, strašný. Ale jinak to bylo v pohodě.*“, je možné, že tenis probanda přestával bavit i kvůli snaze osamostatnit se. Dále se proband snažil navazovat vztahy se svými vrstevníky, zřejmě to byl hlavní důvod, proč proband začal postrádat volný čas. Posledním úkolem je hledání vlastní existence, tento úkol souvisí s úkolem prvním a tedy osamostatněním se. Proband se dokázal osamostatnit až v období maturity, kdy mu povinnosti ve škole posloužily jako dobrý důvod pro vynechání tréninků: „... *přestala jsem chodit na tréninky, jsem to odůvodnila tak, že mám před tou maturitou, že o svaťák chodit na tenis nebudu, takže to vypadlo úplně no a pak už jsem na to prděla, po maturitě už jsem nechodila.*“

Sociální prostředí probanda sestávalo s tenisových kurtů, přátel z tréninkové skupiny a z turnajů a rodičů. Proband víceméně neměl přátele mimo tenis či školu. Veškerý svůj volný čas trávil na tenise, a to i během prázdnin: „*No tak o prázdninách, to se jezdilo furt po turnajích. O víkendu byly turnaje, to jsme byli pryč no a přes tejdén na kurtech no o prázdninách bud s někým, nebo soukromky.*“ Jak již bylo, řečeno tenis mu umožňoval naplnit své sociální potřeby.

Proband sám označil jako hlavní důvod ukončení závodní činnosti přehnanou horlivost táty: „*Tam byla ta překážka, že mě táta nutil. Kdyby mě nenutil tak by to možná bylo jinak.*“ Proband několikrát v rozhovoru zmínil, že s tátou byly pořád problémy, že mu vadilo, jak na něj pořád křičí, že jej nebavilo, když musel chodit s tátou na tréninky fyzické kondice. V období, kdy na turnaje a tréninky jezdil se spoluhráčkou LL, pocíťoval otcovu nepřítomnost takto: „*Jsem pak začala s LL trénovat, začala jsem jezdit na turnaje s nima, takže jsem měla od táty pokoj.*“

Proband k tenisu vyjadřoval kladné postoje, bavilo jej tenis hrát a vyhrávat. Nyní pocíťuje lítost nad ukončením činnosti, v rozhovoru se o lítosti zmínil několikrát, a to ve spojitosti s tenisem, kdy odmítl jít na kurz trenéra III. třídy a také když odmítl zkusit přijímací zkoušky na vysokou školu. Do obou příležitostí jej „nutil“ táta: „*Takže když*

pak táta chtěl, abych šla dělat přijímačky aspoň na bakalářku nebo tohle, to už jsem odmítla, ale teď toho lituju, že jo. A lituju, že jsem se vykašlala na tu trenérku.“ Lítost nad promarněnými příležitostmi si vysvětlujeme jako nespokojenost s momentální životní situací. Motivace hráče pak úzce souvisí s jeho seberealizací a s uspokojením jeho sociálních potřeb.

Co se týče tréninkových podmínek, proband nepociťoval jakákoliv omezení, vztah s trenéry měl kladný, přesto, že jich vystřídal hodně: *„Trenéři supr.. I když jsem jich tam vystřídala hodně, jsem na začátku byla s B., pak V., H. tam byla, H., T., pak V., M...to je asi všechno. Vystřídala jsem jich dost trenérů.“* Ve své tréninkové skupině trénovala 2-3x týdně, poté měla domluveny soukromé hodiny a sparing partnery víceméně po celých severních Čechách (Louny, Teplice, Duchcov). K tomu ještě trénoval s tátou. V 16- ti letech probanda se začala tréninková skupina rozpadat, v tom období proband poprvé pocítil to, že jej tenis tolik nebaví. Je možné, že tato „nelibost“ je projevem neuspokojení sociálních potřeb v tréninkové skupině. Neměl totiž jinou příležitost, kde tyto potřeby uspokojovat, jelikož všechen volný čas trávil na tenise nebo se svou rodinou.

I zde se na ukončení závodní činnosti probanda podílelo více důvodů. Zřejmě hlavní důvod byla nadměrná horlivost otce, který probandovi domlouval téměř na každý den sparingy, chodil s probandem trénovat fyzickou kondici, neustále jezdili na turnaje atd. Dále vznětlivá povaha otce: *„No akorát s tátou byly pořád problémy. Furt se mu něco nelíbilo, když jsem prohrála, když tohle, tamhleto, strašný.“* To vše zapříčinilo absenci volného času. Tuto absenci proband nepociťoval do té doby, dokud tenisové prostředí a lidé v něm dokázali uspokojovat jeho sociální potřeby. Za neuspokojení mohl z části rozpad tréninkové skupiny a z části touha navazovat kontakty s vrstevníky opačného pohlaví. Přítomnost přítele, zamilovanost a nátlak otce pak zapříčinili i odmítnutí absolvování trenérského kurzu a přijímacích zkoušek na vysokou školu.

Je otázkou, zda by proband v tenisové činnosti pokračoval, kdyby mu otec nechával nějaký volný čas na jiné aktivity. Nebo zda by v důsledku toho skončil s tenisem dříve.

5.1.3 Proband č. 3

Žena, 25 let (nar. červen 1988), student – zaměstnanec

Důležité tenisové milníky zachycené metodou životní křivky (příloha č. 7) a narativním rozhovorem (příloha č. 8) jsme přehledně zapsali do následující tabulky (tab. č. 8). V další tabulce převzaté z internetových stránek Českého tenisového svazu naleznete umístění hráče na celostátním žebříčku a jeho bodové hodnoty pro celé období závodní činnosti (tab. č. 9).

Tabulka 10: Tenisové milníky probanda č. 3

Rok		Událost
1992 – 4 roky		Začala hrát tenis s tátou
1993 – 5 let		Nastoupila do tenisové školičky v klubu TCG Karlovy Vary, pod vedením p. J.
1997 – 9 let		Porážka HB 9:8 v soutěži dětí
1998 – 10 let		První vyhraný turnaj (Nučice u Prahy)
2001		Úspěšně absolvované zkoušky do klubu Schöndorf v Německu a následná účast v mistrovských soutěžích družstev v kategorii juniorek a dospělých
2002		Změna trenéra a o rok později přestup do LTC Chemopetrol Litvínov
2004		Změna trenéra, trénování na Gejzíru v Karlových Varech
2005		Přestup do TK Chomutov
2005	červenec	Zápas ve Stuttgartu v rámci mistrovského utkání o postup do vyšší ligy, podepsání smlouvy se Stuttgartem o přestupu a účasti v Bundes lize
	říjen	Schöndorf nesouhlasil s odejitím hráčky
2006	jaro	Poslední mistrovská utkání odehraná v Německu
	červen, září	Maturita, odchod na VŠ do Prahy
2007		Hostování a odehrání mistrovských zápasů na TJ Radlice, následné ukončení závodní činnosti

Tabulka 11: Umístění na CŽ a BH probanda č. 3

	Klub	ml. žactvo čž (BH)	st. žactvo čž (BH)	dorost čž (BH)	dospělí čž (BH)
1999	TCG Karlovy Vary	269 (6)			
2000	TCG Karlovy Vary	165 (12)	652 (3)		
2001	TCG Karlovy Vary	91 (1)	214 (9)		
2002	TCG Karlovy Vary		132 (12)	682 (3)	
2003	LTC Chemopetrol Litvínov		121 (1)	263 (6)	
2004	LTC Chemopetrol Litvínov			223 (6)	
2005	LTC Chemopetrol Litvínov			307 (6)	
2006	TK Chomutov			194 (9)	311 (6)
2007	TK Chomutov			360 (1)	
2008	TK Chomutov				342 (6)

5.1.3.1 Čtyři tenisové etapy probanda č. 3

Etapa první - počátky tenisové činnosti

Proband začal hrát tenis ve čtyřech letech, v pěti letech nastoupil do tenisové školičky V Karlových Varech, kterou vedl pan J. V tenisové školičce proband trénoval 2x týdně. Tenis jej bavil, jelikož se pohyboval ve skupině dětí. Vždy se snažil být nejlepší. Velmi jej motivovali soutěže na konci tréninku, kdy byla výhrou např. prázdná tuba od míčků. Postupně se počet tréninků zvýšil v období mladších žáků (10-12 let) proband trénoval 3-4x týdně, později denně a občas i dvoufázově. V 9- ti letech se proband účastnil turnajů dětí, kde na jednom turnaji porazil HB, průběh zápasu si pamatuje dodnes. V 10- ti letech v prvním roce mladších žákyň proband vyhrál svůj první turnaj. Od malička byl veden k více sportům, přičemž cílem byla všestrannost. Probandovi se hodně věnoval táta, který jej i k tenisu přivedl. Dokonce si i udělal kurz trenéra III. třídy a absolvoval celý kurz trenéra II. třídy, neudělal ale závěrečné testy.

Proband se v tenisové školičce cítil velmi dobře, ale později v období soutěže dětí a mladších žáků cítil nedostatky jak u vedení klubu, tak u trenérů. Proto se rozhodl ke změně trenéra a následně k přestupu do LTC Chemopetrol Litvínov.

Největší motivací pro hráče v tréninku byla touha být nejlepším a vyhrávat ceny. V turnaji v období dětí a mladších žáků probanda vždy velice upoutaly ceny, zjistil si za jaké místo cena je a bojoval o ni. Později obzvláště při zápasech v zahraničí, bylo probando-

vo největší motivací vítězství, kterým chtěl ukázat spoluhráčkám z týmu, že si svoji pozici nasazené jedničky zaslouží.

Etapa druhá – počátky problémů

Proband již ve svých 13- ti letech dostal angažmá v zahraničí, v německém klubu v Schöndorfu. Po úspěšném splnění testů tenisových tak fyzických se dostal na pozici jedničky jak v kategorii juniorek, tak dospělých. Hned v prvním roce působení v Německu vybojoval svému klubu postup do vyšší ligy v juniorkách, to samé se mu povedlo i v dospělých a to o rok později. Jak sám říkal, lépe se mu hrálo v Německu, jelikož tam své protihráčky neznal, hrál uvolněně a nebál se. To se mu ale nedařilo v Čechách, paradoxně se obával spíše výkonnostně horších protihráček, se kterými prohrával častěji než s výkonnostně lepšími. Během prvního roku působení v Schöndorfu s probandem jezdil táta, i pro něj to však bylo časově náročné. Proto později vozil probanda na půl cesty, kam si pro něj dojeli rodinný známí, u kterých pak proband přes víkend pobýval.

Přestože pro probanda každotýdenní dojíždění bylo vyčerpávající, a komplikovalo i školní povinnosti, proband v Německu hrál velmi rád, viděl tam možnosti posunout se dál, což jej velmi motivovalo. Vztahy v klubu byly dobré. Probanda motivovaly také klubem placené vstupy na turnaje ETA a ITF. V roce 2005 zahrál proband svůj životní zápas, a to během mistrovského utkání ve Stuttgartu, kdy hráli o postup do nejvyšší německé soutěže. Proband hrál zápas s hráčkou pohybující se na 800 místě v žebříčku WTA, a to na centrálním kurtu, kde například hrál i Rafael Nadal. Proband cítil „povinnost“ předvést to nejlepší. Sice prohrál, ale dobrý výkon ocenila protihráčka, která jej telefonicky oslovila a požádala, zda by s ní proband před jejím odjezdem do USA trénoval. Po několika dnech byl proband osloven klubem ze Stuttgartu, zda by za ně další sezonu nechtěla hrát Bundes ligu. Proband odjel na testy, které složil a ihned dostal k podepsání smlouvu, kterou podepsal. Bohužel pozdě uvědomil svůj současný německý klub (do konce září měl být klub uvědomen, proband jej uvědomil 9. října), následně na to Schöndorf probandovi přestup nepovolil. Chtěl, aby proband u nich odehrál poslední sezonu za juniorky, poté mohl odejít.

Proband byl s přestupu velmi nadšen, viděl možnost posunout se dál, zlepšit výkonnost, mít kvalitnější sparingy, možná se dostat na řebříček WTA. Proto nemožnost odejít u něj vyvolal silné snížení motivace. Následná sezona byla probandova nejhorší, nabídka od Stuttgartu již nepřišla.

Etap třetí – ukončení závodní činnosti

Proband na jaře 2005 (v době plánování přestupu do Stuttgartu) trénoval denně, někdy dvoufázově, měl kondiční trenéry. Stejně tak trénoval i během poslední sezony v Schöndorfu. V Schöndorfu se proband poté již necítil dobře, spoluhráčky se na něj nedívaly vstřícně, nebavily se s ním tolik. I známí, u kterých proband bydlel, se k němu otočili zády a proband tak poslední rok bydlel u rumunské spoluhráčky z klubu. Po této sezoně dostal proband opět nabídku ze Schöndorfu, proband však neměl kde bydlet, proto mu nabídli bydlení v hale. Proband však spolupráci se Schöndorfem kvůli špatným vztahům se spoluhráčkami, tak s klubem a tím pádem malé motivaci hrát za klub ukončil a rozhodl se věnovat studiu.

V roce 2006 proband dál trénoval, hrál mistrovská utkání za TK Chomutov, úspěšně složil jak zkoušku maturitní, tak přijímací na VŠ v Praze. Nadále se účastnil i turnajů, žádných úspěchů ale nedosáhl, v Čechách se cítil nejistý a bál se prohry. Po přestěhování se do Prahy kvůli studiu však tréninky omezil a sám začal trénovat děti v jedné pražské tenisové školičce. Výkonnost klesla. Na jaře 2007 hostoval proband v TJ Radlicích, kde hrál mistrovská utkání. Všechny kromě dvou, které vyhrál skrečí protihráčky, prohrál. Po posledním mistrovském utkání proband ukončil svou závodní činnost.

Když tátovi proband ohlásil, že končí s tenisem, snažil se jej přemlouvat, aby tak neučinil. Říkal, že je to škoda, že může hrát alespoň čtyřhry. Netrvalo to ovšem dlouho, protože vycítil, že proband není spokojený. Poté, co proband odešel na vysokou školu, se táta začal naplno věnovat probandovo sestře, která také hrála tenis.

Etapa čtvrtá – současnost a pohled zpět

Nyní je proband 5 let bez závodního tenisu, je však stále aktivním trenérem. Táta probandovi neustále vyčítá to, že neměl takhle snadno skončit. Sám proband tohoto rozhodnutí lituje. Lituje toho, že poslední sezonu ve Schöndorfu psychicky nezvládl, kdyby se „kousnul“ a vydržel, možná by se Stuttgart opět ozval. Po ukončení závodní činnosti se proband pravidelně nevěnoval žádné jiné aktivitě, naplno se věnoval škole a trénování. Nyní plánuje návrat k tenisu, na jaře příštího roku by měl hrát mistrovská utkání za jeden pražský klub. K turnajům se zatím vrátit nechce, musel by pravidelně trénovat, sehnat trenéra, klub, který by se ho ujal a finance, které zatím nemá. K tenisu se chce

vrátit, jelikož mu chybí. Myslí si, že již dokáže hrát bez úzkosti a strachu z prohry, chce hrát pro radost z tenisu.

5.1.3.2 Analýza narativního rozhovoru

Pomocí kódování a následné metody vytváření trsů jsme jednotlivé části rozhovoru rozdělili do pěti kategorií: sociální podmínky, tréninkové a zápasové podmínky, ekonomické podmínky, psychika, jiné aktivity a zájmy a všechny kategorie a podkategorie rozdělili dle subjektivního zabarvení jejich sdělení probandem (viz tab. č. 12). V tabulce můžeme vyčíst, že ze sociálních podmínek byla pro probanda nejdůležitější rodina. Z hlediska psychiky, se proband nejčastěji zmiňoval o své motivaci, sebevědomí a o projevech úzkosti. Zatím se i jako jediný zmínil o ekonomických problémech souvisejících se závodní tenisovou činností.

Tabulka 122: Rozkódované kategorie a podkategorie rozhovoru probanda č. 3

Kategorie	Podkategorie	pozitivní	negativní	neutrální
Sociální podmínky	rodina		4	7
	prostředí		3	
	vedení klubu	1	2	1
	škola		2	2
	kamarádi	1	1	1
Psychické podmínky	aspirace	3	1	
	motivace	8	3	1
	lítost		4	1
	odolnost		1	
	sebedůvěra	1	8	2
	úzkost		5	1
Tréninkové a zápasové podmínky	sparing	4		
	prostředí		3	
	tréninky		1	1
	výkonnost		4	
	mistrovská utkání	3	2	3
	trenér	3	1	3
	turnaje	1	1	2

Kategorie	Podkategorie	pozitivní	negativní	neutrální
Ekonomické podmínky	finance		1	2
	nedostatek času			1
Jiný zájem či aktivita				2

5.1.3.3 Vyhodnocení a výsledky

Na začátku musíme říci, že proband víceméně mluvil ve dvou tenisových rovinách. První rovinou byla závodní činnost v Německu a druhou rovinou závodní činnost v České Republice. O první rovině ve vztahu k motivaci, výkonnosti a tenisových úspěších hovořil pozitivně (až do momentu znemožnění přestupu do Stuttgartu). O druhé rovině ve vztahu k rodině, výkonnosti a tenisových úspěších hovořil převážně negativně.

Proband měl velkou podporu v rodině, a to hlavně v tátovi, který se probandovi velmi věnoval. Nejen, že s probandem jezdil po turnajích, ale také se staral o všestrannost probanda a také absolvoval trenérské kurzy: „*Táta si kvůli mně udělal tenisovou třídu, trojku. Byl i na dvojce, tu ale neudělal o bod, pak už nešel na ten opravnej.*“ Při zápasech své dcery se ale choval cholericky: „*Ale táta je takovej nerváček, za plotem, možná i víc, vždycky visel na plotě*“, což měla neblahý vliv na výkon probanda: „*... to jsem hrála mistráky, to tam bylo takový, bylo já nevím, že se nějaký zápasy povedly a nějaký ne. Spíš to bylo, že táta, táta jakoby do toho tlačil trošku.*“ Otec jezdil s probandem především po turnajích v Čechách, jelikož do Německa neustále jezdit pro něj bylo časově náročné. Proband v Německu trávil každý víkend od dubna do července a pak zde zůstal i v době prázdnin. Přítomnost otce na turnajích v Čechách považujeme za jeden z faktorů podání horších výkonů v ČR oproti Německu.

U probanda hrála během celé jeho závodní kariéry velkou roli jeho psychika. To můžeme dokázat dvěma rovinami, ve kterých mluvil. V Německu byl proband schopen zahrát neuvěřitelný zápas a o chvíli později v Čechách prohrát s o dost horší hráčkou. Proband se již od malička projevoval jako velmi soutěživý typ, jeho motivací byly z počátku vnější motiv: „*No a tam jsem tu HB porazila jenom kvůli tomu, že jsem hrozně chtěla to tričko tenkrát. Mám to tričko do dneška.*“, „*Mě vždycky bavilo vyhrávat turnaje kvůli těm pohárům, ty ceny mě dost zajímaly.*“ Později převážily vnitřní motivy, proband chtěl ostatním ukázat, že si zaslouží hrát jedničku ve svém družstvu, chtěl se

zlepšovat, chtěl hrát proti kvalitnějším sparing partnerům, chtěl hrát „elitnější“ turnaje: „... chtěla ukázat tomu svému klubu, že si tam tu pozici prostě dokážu udržet, že jsem tam nejlepší, a že spíš jsem se chtěla posunovat dál. Tak tam ta motivace byla ukázat těm spoluhráčkám z klubu, že na mě nemají.“ Jeho snaha se projevila možností přestupu do Stuttgartu a tím pádem účastí v nejvyšší německé lize. Kvůli pozdnímu informování současného klubu, byl probandovi přestup znemožněn. To pro něj byla obrovská rána, najednou to, proč se snažil, již téměř měl a ztratil. V následující sezoně hráč postrádal jakoukoliv motivaci, předvedl svou nejhorší sezonu a šance postupu do vyšší ligy byla tím pádem minimální. Dodnes proband projevuje lítost, že nebyl schopen vydržet ještě tu jednu sezonu: „No a to byl takovej zlom, kdy já toho do dneška lituju, že jsem jako nevydržela dýl, že jsem se nekousla ještě rok, protože pak už ta smlouva samozřejmě nepřišla.“

Velkou roli ve ztrátě motivace sehrálo i sociální a tréninkové prostředí probanda. V Německu se spoluhráčky z týmu probandovi stranili „... už ty holky na mě koukaly přes prsty. To je ta co chtěla z toho Schöndorfu.“ Stejně tak rodinný známí, u kterých proband během působení v Německu přebýval, se k probandovi odvrátili zády: „Třeba i ten známej, co jsem u něj bydlela, tak tím, že se mi přestalo dařit, se ke mně otočil trochu zády ke mně. Nevím, jestli cejtli, že když mi to jde, že se přifaří a jakmile se mi přestalo trochu dařit, tak se otočil zády.“ Důsledkem toho všeho bylo, že se proband cítil sám, že necítil potřebu vyhrávat.

Co se týče malé sebedůvěry, ta se projevovala hlavně v zápasech v České Republice, kdy se proband bál hrát proti slabším hráčkám, kdy neustále v hlavě přemýšlel o předchozích zápasech s danou protihráčkou: „v těch Čechách jsem se prostě bála hrát, nebo tím, že jsem ty holky znala...“, „Jsem měla to, já nevím, jakmile jsem věděla, že to bude těžký zápas a teď ty holky hrály pořád stejný, že jo, jsme se scházely pořád ty stejný. V tom Německu to bylo takový, že jsem do toho šla na plný kule. Jsem v tom zahraničí měla větší touhu něco ukázat. Jestli jsem tam cítila větší šanci nebo podporu od těch klubů tady v Čechách. Prostě tady v Čechách mi to nešlo.“ Probandovi vadilo setkávání se stále se stejnými hráčkami, kdy každý znal každého. Dalším faktorem, který zapříčiňoval malé sebedůvěrou a následnou úzkost v zápasech byl otec probanda, který „visel na plotu“, a kterého proband neustále pozoroval. Proband již po ukončení rozhovoru a nahrávání zmínil, že když táta odešel od kurtu, po každé zápas prohrál. Otec od kurtu

odcházel většinou, když proband hrál špatně, stalo se ale i to, že proband takto prohrál dobře hraný a rozehraný zápas kvůli odchodu otce pro kávu. Proband zmínil, že proti slabším hráčkám se mu hrálo špatně z toho důvodu: „... *se ode mě očekávalo vítězství, tak já jsem byla svázaná na tom kurtu a nešlo to.*“ Toto očekávání měl probandův táta.

Malé sebevědomí se projevilo i při výběru střední školy, kdy si proband vybral soukromou střední školu, jelikož nevěřil, že by zvládl přijímací zkoušky.

Proband prošel rukama dobrých trenérů, tréninky proto byly kvalitní, stejně tak sparing partneři a hlavně tréninkové podmínky. Po poslední sezoně v Německu se proband rozhodl více věnovat škole, poprvé ho napadly myšlenky, proč denně trénuje někdy i dvoufázově, když podává špatné výkony: „*Tím že jsem neměla potom, neměla žádný výsledek, tak tě napadne, že nemá význam, abys trénovala jako blbec na kurtě dvoufázově a prostě nijak se to nevracelo.... Takže tam jsem samozřejmě, mám já to zapotřebí, už končím, udělám si školu, budu se věnovat škole, budu chytrá.*“ Horší výkonnost byla zapříčiněna jak víceméně žádnou motivací, tak turnaji a mistrovskými utkáními v České Republice. V místě, kde proband „věděl“ že mu to nejde, a že nepředvede žádné výkony. Po odchodu na vysokou školu proband již žádného trenéra neměl, přestal také trénovat a naopak se začal věnovat trénování v jedné pražské tenisové škole. Jednu sezonu ještě hostoval za pražský radlický klub, ale žádný zápas nevyhrál, což jen potvrdilo to, že závodní tenis již nemá smysl hrát.

Nyní proband lituje, že ještě nevydržel: „*Naopak možná lituju toho, že jsem to zabalila tak brzo, že jsem se prostě ještě rok nekousla, přesto jaký to tam bylo v tom Schöndorfu, že ten, nevím lituju toho no.*“

O ekonomických podmínkách se proband zmínil v souvislosti s návratem k tenisu.

Zde vidíme dva hlavní důvody ukončení závodní činnosti a to, jak neúspěšný přestup do Stuttgartu, tak neschopnost podat v ČR výkon rovný výkonu v Německu. Co se týče prvního důvodu, proband sice pozdě informoval klub o svém přestupu, ale Stuttgart následně několikrát zvyšoval za probanda nabídku, tudíž pokud by stávající klub chtěl probanda uvolnit, mohl by. Probandovi v té době bylo 17 let, můžeme tedy polemizovat na kolik to je jeho chyba, či chyba rodičů a Stuttgartu.

Původem druhého důvodu byla přítomnost otce na turnajích a mistrovských utkáních v ČR. Proband neunesl očekávání, která na něj byla kladena, hledal chyby jak sám v sobě,

tak v okolí. To zapříčinilo jeho malé sebevědomí a úzkost vyvolávající zápasy. Časem si proband vsugeroval, že nemůže v Čechách předvést kvalitní výkon. Pokud by se proband po odmítnutí přestupu mohl realizovat v ČR, nemuselo dojít k úplné ztrátě motivace. Ztráta motivace a nízká výkonnost pak spatřujeme jako důvody plynoucí z důvodů hlavních.

5.1.4 Proband č. 4

Žena, 24 let (nar. březen 1989), student

Důležité tenisové milníky zachycené metodou životní křivky (příloha č. 9) a narativním rozhovorem (příloha č. 10) jsme přehledně zapsali do následující tabulky (tab. č. 13). V další tabulce převzaté z internetových stránek Českého tenisového svazu naleznete umístění hráče na celostátním žebříčku a jeho bodové hodnoty pro celé období závodní činnosti (tab. č. 14).

Tabulka 13: Tenisové milníky probanda č. 4

Rok		Událost
1996 – 7 let		Poprvé zkouší hrát tenis s tátou (na zahradě přes lavičku)
1997 – 8 let		Začíná trénovat jednou týdně v Plzni na Lokomotivě
1999 – 10 let		Přestup do TK Slavia PU Plzeň
2001	Jaro	Dostal se do české reprezentace 12- ti letých
	Zima	2. místo na halovém mistrovství ČR ve dvouhře, 1. místo na halovém mistrovství ČR ve čtyřhře.
2003		Zranění zad (nehrála 3 měsíce), zranění pánve (1 rok bez tenisu)
2004		Pomalý návrat k tenisu, bez výhry ve dvouhře na turnaji. Nástup na sportovní gymnázium v Plzni, zařazena do skupiny tenistek.
2005		Odebrání tréninkových hodin na Slavii, snaha dohnat protihráčky přes trénink fyzické kondice
2006 – 17 let		Přetrénování, nefunkčnost trávicího systému, psychické vyhoření. Poprvé chce skončit s tenisem.
2008 – 19 let	Jaro	Po zkolabování na turnaji a prvním úspěchu v běžeckém závodě končí s tenisem. Poté úplná nechuť k tenisu a ke všemu

Rok	Událost	
		s ním spojeném.
	Podzim	Nástup na VŠ, věnování se běhání
2009		Táta poprvé po ukončení závodní činnosti s probandem promluvil.
2010 jaro		Proband se opět začíná zajímat o věci spojené s tenisem, začíná hrát mistrovská utkání za Domažlice. Turnajů se nezúčastňuje. Hlavní roli hraje běhání.

Tabulka 14: Umístění na CŽ a BH probanda č. 4

	Klub	ml. žactvo cž (BH)	st. žactvo cž (BH)	dorost cž (BH)	dospělí cž (BH)
2000	TK Slavia PU Plzeň	57 (25)	286 (6)		
2001	TK Slavia Plzeň	17 (45)	83 (20)		
2002	TK Slavia PU Plzeň	45 (1)	39 (30)	168 (9)	607 (4)
2003	TK Slavia PU Plzeň		172 (9)	235 (6)	
2004	TK Slavia PU Plzeň		79 (1)	101 (12)	449 (4)
2005	TK Slavia PU Plzeň			77 (15)	84 (15)
2006	TK Slavia PU Plzeň			165 (9)	104 (15)
2007	TK Slavia PU Plzeň			651 (3)	118 (12)
2008	TK Slavia Plzeň				96 (15)
2009	TK Slavia Plzeň				195 (9)
2010	TK Slavia Plzeň				786 (3)
2012	Jiskra Domažlice				425 (6)
2013	Jiskra Domažlice				962 (3)

5.1.4.1 Čtyři tenisové etapy probanda č. 4

Etapa první – počátky tenisové činnosti

Proband začal hrát tenis v sedmi letech, kdy jej zkusil hrát s tátou na zahradě přes lavičku. Táta zřejmě viděl, že probandovi tenis jde, pro to o rok později začal s probandem jednou týdně dojíždět na tréninky do Plzně na Lokomotivu, kde proband hrál individuálně s trenérem B. Dvakrát týdně pak proband hrál s tátou na asfaltovém kurtu, přičemž táta byl tenisový samouk. V 8 letech proband začal hrát dětské turnaje, první

rok moc nevyhrával, ale druhý rok již patřil k nejlepším. To již do Plzně dojížděl dvakrát týdně. V 10- ti letech proband přestoupil do TK Slavie Plzeň, kde začal 3x týdně trénovat, o rok později se dostal do české reprezentace 12- ti letých a zároveň byl zařazen do tenisového centra mládeže (TSM) a měl nárok na tréninky zdarma. Proband se dostal pod trenéra Š., který se projevoval velmi přátelsky a který se zajímal o probanda. Trenér Š. ovšem v probandově 12- ti letech odešel trénovat na Štvanici. V roce 2001 se proband umístil na druhém místě na halovém mistrovství ČR, kdy ve finále prohrál s N.V., se kterou pak vyhráli čtyřhru. V té době proband trénoval 5 hodin týdně na Slavii (úterý, středa, čtvrtek) a v úterý a ve středu po tréninku následoval trénink fyzické kondice. Do toho měl proband 2x týdně trénink basketbalu. Do 14- ti let byl proband součástí reprezentace, jezdil se Slavií na soustředění a na zahraniční turnaje do Německa a Rakouska.

Tenis probanda velmi bavil, bavila ho hra samotná. Na Slavii se nikdy necítil dobře, cítil z okolí jen faleš a závist. Jediným světlým bodem byl trenér Š.. Kamarády měl proband jak na tenise (svoji deblovou spoluhráčku), tak na základní škole. Na turnajích se proband cítil dobře, rád hrál hezky a vyhrával. Do jisté míry se tenisem seberealizoval, jeho sociální potřeby byly uspokojeny, přestože táta byl cholerik, který „trhal ploty“ a po prohře to s ním bylo těžké. V té době proband však moc neprohrával.

Co se týče školy, proband měl do 5. třídy samé jedničky. Problém nastal při přechodu z páté do šesté třídy, kdy neměl čas se učit a to se projevilo na pololetním vysvědčení. V té době proband přišel ze školy, jel na trénink a v 8 hodin se z něj vrátil a únavou padl. Zvrat nastal v den pololetního vysvědčení, kdy na probanda čekal na psacím stole dopis od táty, ve kterém psal, že je trojkačka, kterou už zůstane, že nic neumí a že je hloupá. Od té doby proband nepřinesl domů žádnou špatnou známku. Neznal ale nic jiného než školu, tenis, školu a spánek.

Druhá etapa – počátky problémů

Za počátky problémů bychom označili věk 14 let, kdy došlo k prvnímu zranění. Probanda trápila bolest zad, která byla způsobena jedním vychýleným obrátem doprava. Proband nemohl 3 měsíce hrát. Po návratu jej začali trápit bolesti v zadní horní části stehna. Jelikož jej táta naučil „chodit přes bolest“, proband stále tvrdě trénoval. Při každém rychlém startu však probanda bolest pronásledovala. Po skrečovaném zápase jej bratr odvezl do nemocnice, kde zjistili, že probandovi chybí kus pánve. Což byl důsle-

dek odvápnění pánevní kosti. Doktor tenkrát probandovi řekl, že kdyby i nadále pokračoval, mohl si do týdne kost urvat a nikdy nechodit.

Proband ve svých 11- ti letech vyrostl na svých konečných 162 cm a vyspěl. Dále po svém otci zdědil svalnatou postavu. Což mělo za příčinu poznámku paní V., kdy o probandovi řekla, že je tlustý. Proband tuto poznámku bohužel zaslechl a snížil příjem jídla. Je možné, že to je jeden z důvodů proč došlo k oběma zraněním. Dále proband tehdy trénoval v TSM, jedním z jeho trenérů byl 26- ti letý trenér, který s trénováním teprve začínal a který si neuměl utvořit vztah se svými svěřenci, anebo nechtěl. Proband měl v té době nárok jako člen TSM na dvě hodiny individuálního tréninku týdně a pak na skupinové tréninky.

Ze zranění pánve se proband léčil rok. Po roce opět začal trénovat na Slavii a jezdit na turnaje. Slavie mu z počátku umožňovala vstup na „A“ turnaje díky divokým kartám, ale poté co proband rok nevyhrál zápas ve dvouhře, mu naopak sebrala hodiny v TSM. To bylo pro probanda hrozně nespravedlivé, sice třikrát týdně hrál tenis ve škole, ale na 1,5 hodinovém tréninku bylo 12 hráčů na tři kurty. Pokud si nesehnal sparingy, tak víceméně nehrál. Za kurt se ovšem muselo platit a proband neměl peníze. Snažil se proto dostat se zpět nahoru, za svou deblovou kamarádkou a za ostatními tréninkem fyzické kondice - denně běhal a chodil plavat. Přesto na turnajích nevyhrával, víceméně ztratil cit pro míč a postupně na turnaje už ani nechtěl jezdit.

V té době proband neměl žádné kamarády, na sportovním gymnáziu si žádné nenašel. Během školního týdne bydlel u rodinné známé a na víkendy jezdil domů v pátek večer úplně unaven. O víkendu jezdil na turnaje, takže neměl čas ani na kamarády ze základní školy. V té době se proband cítil hodně sám, propadal se do beznaděje, a přestože ne-skutečně dřel a dřina mu nepřinášela žádné výsledky, pokračoval. Silně se toužil dostat se zpět do té tenisové špičky, to se mu ale nedařilo, naopak výkonnostně klesal dolů.

Třetí etapa – ukončení závodní činnosti

Proband poprvé chtěl skončit s tenisem v 17- ti letech, kdy svůj úmysl sdělil i tátovi, ten mu však pohrozil vyhozením z domu, pokud s tenisem skončí. Proband tedy pokračoval. Od svých 17- ti let neměl žádného trenéra, neměl na ně peníze. Což byl důvod, proč proband nikdy neměl jiného trenéra, než toho zdarma od TSM. Rodina se i kvůli tenisu, ježdění na turnaje zadlužila. Od 17- ti let tedy proband trénoval sám. V té samé době se

u probanda poprvé objevily zažívací potíže. Kdykoliv proband něco snědl, třeba kopeček rýže, ihned mu bylo špatně a tři dny kvůli nevolnostem nemohl trénovat. Lékaři zjistila totální vyčerpání organismu, kdy přetrénování způsobilo neschopnost správné funkce trávicího systému. Probandovi nefungoval metabolismus cukrů a tuků. Měl extrémně zvýšenou hladinu kortizolu a naopak extrémně sníženou hladinu ženských hormonů – estrogenů. To se projevilo i ztrátou menstruačního cyklu a víceméně neprojevením puberty.

Nespokojenost s tím, jak proband žije, nemožnost se seberealizovat, nemožnost dosáhnout svého cíle a neuspokojení jeho základních sociálních potřeb dohnala probanda ke zhroucení. Proband vlastně neměl žádné útočiště ani doma se nemohl cítit v bezpečí, protože se o půlku své rodiny (o tátu) nemohl opřít a svěřit se. Dále neměl kamarády, neměl jiný cíl než tenis a trénink a v podstatě díky výchově ani nic jiného neznal. Probandův den byl naplněn tréninkem a plněním školních povinností.

V tomto stavu proband víceméně 2 roky žil, hrál tenis již téměř jen ve škole, kde jej to ale nebavilo, kvůli ostatním hráčkám, které nechtěly trénovat. Dále ale běhal a plaval, byl schopen trénovat 6 hodin denně. Máma na jaře tomuto udělala přítrž, protože chtěla, aby se proband plně soustředil na maturitu. Proband však přenesl svou úzkost a stres z tréninku na školu a maturitu. Maturitu úspěšně složil a také úspěšně složil přijímací zkoušky na vysokou školu. Na jaře toho roku (2008) proband však při jednom zápase téměř zkolaboval, u tohoto zápasu byla zrovna máma. Ta poté řekla, že se proband nejprve musí „dát dohromady“, že jinak nemůže nastoupit na vysokou školu. Po této příhodě se rozhodl proband svoji závodní činnost ukončit. Když své rozhodnutí sdělil tátovi, přestal s probandem na rok mluvit. Proband po té vyplnil veškerý svůj čas běháním, psychicky na tom byl však velmi špatně, cítil se hrozně sám a dokonce měl sebevražedné myšlenky. Nadějí, odreagováním a časem, kdy na vše nemusel myslet, byl čas věnovaný běhání. Poprvé se zúčastnil běžeckého závodu a ihned způsobil pozdvižení, jelikož skoro předběhl reprezentační běžkyni v běhu do vrchu. Tehdy pochopil, že nedřel jen tak pro nic za nic, že jen dřel na jiný sport.

Etapu čtvrtá – současnost a pohled zpět

V současnosti je proband 4 roky bez účasti na turnaji. Na jaře již tři roky hraje mistrovská utkání za Domažlice, ale hraje proto, že jej to baví. Naplno se stále věnuje běhání, které jej naplňuje a doslova si tento sport zamiloval. S tátou již mluví, dokonce sám již

dává přednost běhání před tenisem. Sám proband rok a půl po ukončení závodní činnosti doslova nesnášel tenis a vše s ním spojené, až po roce a půl se opět začal o tenis zajímat a vnímat jej. Také se dal do trénování dětiček. Plánuje dále hrát mistrovská utkání, ale turnaje se již nechce nikdy zúčastnit, chce hrát pro to, že jej to baví a že se mu po tenise stýská, na prvním místě bude ale vždy běhání. Svého rozhodnutí skončit s tenisem nelituje.

5.1.4.2 Analýza narativního rozhovoru

Pomocí kódování a následné metody vytváření trsů jsme jednotlivé části rozhovoru rozdělili do šesti kategorií: sociální podmínky, tréninkové a zápasové podmínky, ekonomické podmínky, psychické podmínky, zdravotní podmínky, jiné aktivity a zájmy a všechny kategorie a podkategorie rozdělili dle subjektivního zabarvení jejich sdělení probandem (viz tab. č. 15). Z tabulky můžeme vyčíst, že probanda nejvíce formovala jeho rodina, tedy jeho sociální prostředí. Z hlediska tréninkových podmínek se nejčastěji zmiňoval o trenérovi. Do tréninkových podmínek jsme zařadili i výživu tenisty, o které se proband také zmiňuje často. Velký vliv měly na probanda zdravotní problémy, které utvářely i jeho psychiku. Již po druhé se nám objevují v tabulce i ekonomické podmínky.

Tabulka 15: Rozkódované kategorie a podkategorie rozhovoru probanda č. 4

Kategorie	Podkategorie	pozitivní	negativní	neutrální
Sociální podmínky	Rodina	2	11	6
	Škola	3	4	
	Kamarádi	3	4	1
	vedení klubu		2	
Tréninkové a zápasové podmínky	tréninkové nasazení	1	1	2
	Trenér	2	4	3
	Tréninky		3	2
	turnaje a zápasy	1	2	2
	Výkonnost	1	1	
	Výživa		4	2
	tréninky ve škole		1	1
Zdravotní podmínky	Přetrénování		1	

Kategorie	Podkategorie	pozitivní	negativní	neutrální
	Zranění		2	2
	Zdravotní problémy		5	2
Psychické podmínky	Seberealizace		2	2
	Senzomotorika- cit pro míč		2	
	Odolnost	1	1	
	Sebevědomí		2	
	Pocit viny			3
	Frustrace		2	1
	Úzkost			2
	Odpor k tenisu		2	
	Motivace	3	3	1
	Osamocení		2	
	Sebevražedné myšlenky			1
	Perfekcionismus		2	1
	Ekonomické podmínky	Finance		3
Jiné aktivity a zájmy	Basketbal			1
	Běhání	5		1

5.1.4.3 Vyhodnocení a výsledky

Na začátku musíme říci, že proband patřil v mladších žákyních mezi nejužší špičku. Ve svých 12- ti letech byl druhý v ročníku a zároveň byl součástí reprezentace 12- ti letých a tenisového střediska mládeže v plzeňské Slavii. Do svých 14- ti let byl stále součástí reprezentace, navíc jezdil po evropských turnajích. Poté souhrou několika okolních podmínek došlo ke zranění hráče, který se už výkonnostně nevrátil zpět. Postupně rozebereme jednotlivé okolní podmínky.

Z hlediska podmínek sociálních, proband vyrůstal v rodině, kde měl hlavní postavení cholerický, perfekcionista otec. Přestože sám tenis nikdy nehrál, byl naprostý samouk, začal s probandem hrát tenis a začal jej trénovat: „*Jinak jsem hrála pořád s tátou. To jsme hráli i v zimě v rukavicích, táta vždycky šel o hodinu dřív odklidit sníh a já jsem měla rukavice.*“ Tenis se stal rodinnou náplní, kdy každý víkend táta jezdil s probandem na turnaje. Otec špatně snášel probandovi prohry, naštěstí proband moc neprohrával: „... že to byl rodič cholerik, vztekloun, trhal ploty, nadával, a když jsem

prohrála, tak cesta s ním domů byla strašná. Hrozně to prožíval.“ Cholericky až agresivně se projevoval i během zápasů: *„Jako nadával vždycky, dokonce i ten jeden zápas to bylo asi ve 13- ti přišel na tu lavičku, dal mi facana a já jsem ten zápas pak vyhrála.“* Probanda se, když to šlo, zastala máma. Ale nešlo to pořád, obzvlášť v probandovo 17- ti letech, kdy chtěl skončit s tenisem: *„Jo ta mě podporovala, ta v těch 17- ti potom byla se mnou, ale proti tátovi to nešlo, to by nás vyhodil obě.“* Otec na to reagoval tak, že pokud skončí s tenisem, tak ho vyhodí z domu: *„... jsem mu řekla, že už ten tenis hrát nechci, že nechci prohrávat a že nechci jezdit na turnaje, tak mi řekl, že jestli skončím s tenisem, tak mě vyhodí z baráku, ať si hledám někde bydlení.“* Podobné chování táta prosazoval i vůči škole, kdy neváhal probandovi napsat hanlivý dopis kvůli špatnému vysvědčení: *„... tak jsem měla na stole dopis, že jsem trojkařka, trojkařkou už zůstanu, jsem naprosto neschopná, hloupá, blbá a nic ze mě nebude, pak to nějak pokračovalo, ale to už se nepamatuju, já jsem si ho neschovala, jsem ho vzteky roztrhala. Od tatínka. Ležel uprostřed mého stolu psacího, a byl fakt hnusnej.“* Stejně tak např. při domácích pracích, kdy proband dostával vynadáno za špatně vyluxovaný pokoj. Perfekcionismus a puntičkářství, které tak prosazoval otec, si však proband osvojil. Myslel, že to je tak správně. Později tento perfekcionismus mohl za přetrénování a zdravotní problémy probanda.

Co se týče školy, proband měl kamarády hlavně na základní škole, ve které měli skvělou partu: *„Na základce skvělý kamarády, všechny ve škole, to jsme měli úžasnou partu.“* Na střední – sportovní gymnázium – mezi své spolužáky však nezapadl. Přestože již tehdy měl velmi málo tenisových tréninků, nebo právě pro to, snažil se na trénincích ve škole opravdu trénovat, což ale ostatní tenistky nechtěly. Jeho píle při trénincích, i když na ně nikdo nedohlížel a zároveň premiantství ve třídě jej spíše pasovali do neoblíbeného podivína: *„No a tím pádem já jsem byla jiná než oni, nezapadala jsem tam, tam se to potom odvíjelo, že jsem tam nebyla šťastná.“* Během střední školy proband přes týden bydlel u rodinné známé a na víkendy odjížděl domů. Každý víkend ale strávil na turnaji. Neměl čas se ani sejit se svými kamarády ze základní školy. Proband se cítil v té době hrozně sám.

Z hlediska vedení klubu se proband na Slavii nikdy necítil dobře: *„já upřímně když jdu kolem tý Slavie tak mi naskakuje husí kůže, já jsem ten klub neměla nikdy ráda, tam nikdy neprobíhala přátelská atmosféra, ...to tam bylo vždycky takový, že si každý*

všechno záviděl: tenhle měl peníze, a tenhle měl tohle. Tam byla taková závist, a o Slavii se to vždycky vědělo, a já jsem to tam vždycky cítila a já jsem to pak začala dělat jako oni, odtrénovat, zmizet, nazdar.“

Když shrneme sociální podmínky, proband víceméně neměl odkud brát podporu. Doma se musel cítit velmi nejistě, základní sociální potřeba bezpečí zřejmě nebyla úplně saturována. V období na střední škole se neměl na koho obrátit. Naučený režim dne: škola-trénink-škola-spánek, provozoval neustále, neznal odpočinek, volný čas trávil jen předchozími činnostmi.

Z hlediska tréninkových podmínek, bychom si mohli mylně myslet, že když se proband dostal do TSM, že měl perfektní tréninkové podmínky, nebylo tomu tak ale vždy. Probandova rodina neměla nikdy moc peněz, tudíž proband měl pouze jednou placeného trenéra, a to na Lokomotivě mezi svým 8-10 rokem. Poté přestoupil na Slavii, kde se víceméně ihned stal součástí TSM a měl tedy nárok na tréninky s trenérem zdarma. Nejprve se probandovi věnoval trenér Š., o kterém proband hovoří velmi kladně: *„ten měl jinej přístup, ten byl takovej přátelskej a ten se jako i ptal, jaký půjdeš turnaje, jak se ti hrálo, co škola.“* Poté ale trenér Š. odešel a na jeho místo nastoupil mladý začínající trenér, který si s dětmi neuměl, nebo možná nechtěl vytvořit žádný vztah: *„ale pak právě přišel, ono to bylo taky tím, že Slavie tam dala klučinu, kterému bylo 26, ten jakoby začínal, ten se vůbec neuměl sít s tím dítětem, ten si to jenom odtrénoval a šel. Ten měl pak to TSM no.“* Tento trenér spolu s dalšími dvěma, kteří se starali o TSM, se svých svěřenců nikdy nezeptali jak, se mají, jak jim to jde ve škole. V době, kdy probandovi bylo 12 let a právě trenér by pro něj mohl být velkým vzorem, od kterého by se učil, se tak nestalo a stát se nemohlo: *„A jako vztah s trenérem, nikdy se mně nezeptal co škola, prostě si odbyl tu svoji hodinu.“* Myslíme, že pokud by náš proband měl kvalitní vztah s trenérem, který by se o své svěřence staral, vůbec nemuselo dojít ke zranění probanda, následnému snížení výkonnosti a ukončení závodní činnosti. Jak již bylo řečeno proband ve svých 11- ti letech hodně vyrostl a navíc byl svalnatý, což mohlo na některé působit tak, že je „silnější“. Ve svých 13- ti letech zaslechl navíc poznámku, že je tlustý: *„jenom co si pamatuju z toho rozhovoru tak ona prostě paní V. řekla jednu takovou krásnou větu, jako že jsem tlustá. A jak je to možný a že prostě to je špatně. Víc jako nevím, mně stačila ta jedna věta a to tý holce asi stačí. Tam od té doby se to zvrtilo.“* Na základě těchto událostí omezil příjem potravy: *„Tam to bylo, protože já jsem*

tam přestala jíst trošku, já jsem totiž jakoby vyrostla, byla jsem v podstatě mladší, dá se říct a rychle jsem vyspěla a to se mi jako asi nelíbilo. Tak jsem omezila jídlo, ne nějak extrémně, to nemůžu říct, ale asi na to tak jsem trénovala, tak to asi bylo dost.“

Stalo se tak v době, kdy je výživa pro rostoucí a dospívající dítě nutná, natož pro sportovce. Kdyby měl kvalitní vztah s trenérem, mohl se mu s tím, co slyšel svěřit, nebo by si trenér všiml, že jeho svěřenec nejí, neroste, je slabší. Stejně tak, si toho ale mohli všimnout rodiče. Přesto si myslíme, že na to, že proband patřil mezi tak talentované hráče a byl součástí TSM, měla se mu věnovat větší pozornost, měl mít kvalitnější trenéry a již měla fungovat určitá osvěta, která by hráče informovala o správné výživě, o rizicích, které na ně čekají apod. Považujeme tento nedostatek za hrubou chybu TSM.

Po roční pauze, kdy se proband léčil, jej TSM ještě půl roku podporovalo. Proband však nevyhrál rok jediný zápas ve dvouhře. Proto mu TSM omezilo tréninky a v podstatě od svých 17- ti let proband nemá trenéra, který by se mu věnoval. Omezení tréninků byla pro probanda obrovská rána: „... *ale prostě já jak mi sebrali ty tenisový hodiny a mě úplně drásalo nervy, že ta moje kamarádka, třeba ta moje debllová kamarádka, že trénuje... A ona na tom byla líp a já jsem jí pak začla strašně závidět, protože ona tam byla a trénovala dvě hodiny dopoledne, dvě odpoledne a takhle každé den a já jsem jí to jakoby v podstatě strašně záviděla, že ona může trénovat a že šla nahoru a já jsem pak jakoby ty hodiny vůbec neměla, mě se stalo, že jsem hrála jenom toho debbla ve škole a pak už jsem neměla vůbec nic.“ Absenci tenisových tréninků nahrazoval tréninky fyzické kondice: „... *no ale bez tréninku to nejde, no a já jsem si aspoň myslela, že když se budu udržovat aspoň fyzicky, že to půjde, ale pak už jsem byla našťvaná z toho, že v podstatě jsem jakoby dřela, ale dřela jsem jinej sport.“* Následně na to proband ztratil cit pro míč: „*A ten cit tam nebyl a ten cit tenisovej tam nebyl a mě prostě dostávalo, že já dřu ale je to úplně k ničemu.“* Probandovi se tím snížila výkonnost, nechtěl jezdit na turnaje, ale musel, nevyhrával zápasy, což vedlo k jeho zhoršení po psychické stránce.*

Probanda tenis velmi bavil, bavil jej do zranění pánve. Líbila se mu hra samotná. V rozhovoru se nezmínil o tom, že by chtěl ceny, nebo že rád vítězil. Zmiňoval se jen o oblíbenosti tenisu jako hře, což je pro každého sportovce jako vnitřní motivace ta nejlepší: „*Mě bavil tenis, mě bavila ta hra.“* Po zranění se chtěl dostat zpátky mezi ty kamarádky, co měl v užší tenisové špičce, chtěl se dostat zpátky „nahoru“: „*já jsem chtěla zpátky, já jsem chtěla zase vyhrávat, chtěla jsem za téma holkama tam vejš nahoru a myslela jsem*

si, že tím, že budu běhat 30km a plavat 3km.“ Což byl i důvod neustálého trénování fyzické kondice. Sám proband přiznal, že nechápe, co ho motivovalo k tomu, aby stále dřel, i když to nikam nevedlo: „jenomže já to pořád nechápu, to se přiznám, že tohle pořád nechápu, že jakoby jsem dřela dál, že mě nikdy nepotopilo to, že dřeš a že to nikam nevedlo.“ Z psychologického hlediska u probanda od 16- ti let nebyly saturovány různé potřeby – bezpečí, sounáležitosti, sociálního kontaktu, sdružování. Nemohl se seberealizovat, jelikož hlavním zdrojem seberealizace byl sport. Jeho cíl – dostat se zpět na vrchol – byl nedosažitelný, čímž byl proband silně frustrován a následně deprimován. Probandovo sebevědomí se výrazně snížilo. V období od 17- ti let, kdy trpěl záživacími problémy, se cítil osamocen, tato samota vyvrcholila po maturitě, kdy již skončil s tenisem a jeho jedinou časovou náplní bylo běhání. Absence cíle, porozumění, jelikož táta s probandem nemluvil, absence přátel, přivedli probanda až k sebevražedným myšlenkám. Jedinou záchranou pro něj bylo běhání: „A myslím, že mě to běhání zachránilo v podstatě jako život. Já bych jinak šla skočit někam ze skály. Ne fakt, já jsem na tom byla dost blbě. Jako přiznám se, že takový úvahy tam byly, jsem na té skále i jednou stála.“

Zranění (záda, pánev) byla způsobena zřejmě špatnou výživou, zvýrazněna pak byla vlivem otce, nejdříve si vždy myslel, že si proband vymýšlí a pak naučil probanda „chodit přes bolest“: „tatínek to špatně nesl, ten si pořád myslel, že si vymýšlím. Ten to strašně chtěl urychlit, takže mě pořád tahal zpátky na kurt, takže se to zhoršovalo, takže já jsem šla i přes bolest. On mě strašně naučil chodit přes bolest, protože jakmile mi něco bolelo, to přejde, to rozmasírujem, takže já jsem šla hrozně přes bolest, takže já už jsem pak podávala i s těma zádama přes bolest.“ Zdravotní problémy týkající se nefunkčnosti trávicího systému a metabolismu tuků a cukrů byly následkem přetrénování. S důsledky těchto problémů se proband potýká víceméně dodnes: „... i když důsledky to má pořád, já vidím, že když někde jsem sama tak to je v pohodě, ale když jsme byli na turistáku, nebo lyžáku, tak já vidím, že jím mnohem méně než ostatní, že mi stačí míň a jsem úplně narvaná, že to prostě není úplně normální.“

Co se týče ekonomických podmínek, ty jsme zmínili v části o podmínkách tréninkových.

Z našeho pohledu je proband ukázkou toho, jak by se s tenisty nemělo zacházet. Silný vliv na probanda měla výchova cholerického otce. Jelikož rychle vyrostl a nedokázal se

se svojí postavou tak rychle smířit, i nevinná poznámka o tom, že je tlustý, pro něj znamenala obrovskou ránu a dovedla ho k omezení jídla a potažmo ke zranění. O správné výživě jej však měl informovat trenér, měl se o něj zajímat a vytvářet fungující vztah, takový vztah, ze kterého by jak trenér, tak proband profitoval. Osamocenosť probanda a nesaturování jeho potřeb vedlo k přetrénování a dalším zdravotním problémům.

Hlavních důvodů ukončení závodní činnosti probanda spatřujeme dva: trenéra a vedení klubu, jejich chování a přístup ke svěřencům bylo zcela neadekvátní vzhledem k postavení, jaké jako TSM mají; dále to byli rodiče, převážně otec, který svými cholerickými reakcemi, perfekcionismem a neohledupností v probandovi probudil pocit méněcennosti. Proband jakoby spatřoval otcovu lásku a své sebevědomí pouze v tom případě, že vše do „puntíku“ splnil (školní povinnosti, tréninky, výkony na turnajích). Bohužel od jeho 14- ti let se tak nedělo. Vedlejším důvodem pak je nedostatek financí, pokud by rodina měla více peněz, proband by zajisté měl trenéra, který by se mu více věnoval a právě tento trenér mohl spatřit změny dějící se s probandem.

Probandovi trvalo dva roky, než ukončil svou závodní činnost, poprvé tak chtěl učinit ve svých 17- ti letech. Povedlo se mu to až v jeho 19- ti letech. Svého rozhodnutí nelituje. Stále však cítí pocit viny, že dokázal udělat svému tělu to, co s ním udělal. Otázkou, ale zůstává, nakolik to byla vina probanda a nakolik jeho okolí: trenérů, rodičů, známé u které bydlel, učitelek a učitelů na gymnáziu, nepochopení jeho vrstevníků.

5.2 Interview s trenéry

Interview jsme provedli s 26- ti trenéry, jednalo se o samé klubové trenéry různého pohlaví, věku i trenérských zkušeností, vyjádřených dobou trénování. Výsledky prvních dvou otázek jsou vyjádřeny pomocí tří grafů. V prvním grafu vidíme odpovědi rozřazené dle pohlaví, ve druhém grafu jsou odpovědi rozřazeny dle věku trenérů a v posledním grafu dle trenérských zkušeností (doby trénování). Učinili jsme tak pro přesnější zkoumání trendů. Trenéry a trenérky jsme dle věku rozdělili do 5- ti skupin (tab. č. 16), taktéž jsme tak učinili s trenérskými zkušenostmi (tab. č. 17). Otázky byly kladeny 13 trenérům a 13 trenérkám.

Tabulka 16: Rozdělení tázaných trenérů a trenérek dle věku

Věkové rozmezí	Počet tázaných
18 - 25	4
26 - 35	8
36 - 45	8
46 - 55	5
56 - 70	1

Tabulka 17: Rozdělení tázaných trenérů a trenérek dle trenérských zkušeností

Doba trénování	Počet tázaných
0 - 5	3
6 - 15	10
16 - 25	10
26 - 35	2
36 - 45	1

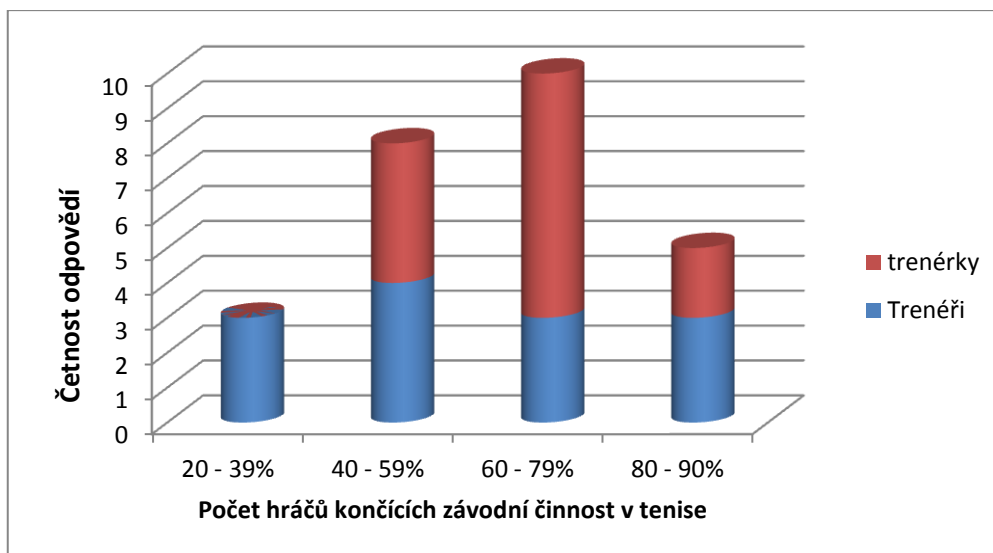
5.2.1 Výsledky otázky č. 1

1. otázka: „Kolik procent dospívajících (v rozmezí 14-19 let), dle Vašeho názoru, ukončí závodní činnost v tenise?“

Odpovědi dotazovaných se pohybovaly v rozmezí 25 – 85%. Jednotlivé odpovědi jsme rozdělili do čtyř procentuálních rozmezí. Přičemž nejvíce odpovědí se vyskytuje v rozmezí 60 – 79%, pouze o 2 odpovědi méně pak je v rozmezí 40 – 59 %.

a. dle pohlaví

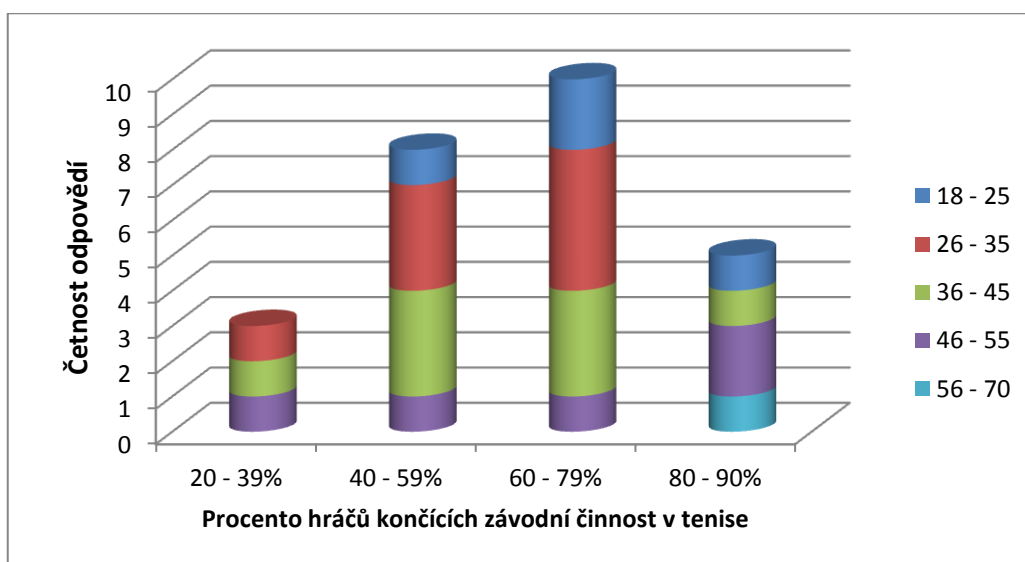
Odpovědi dotazovaných se pohybovaly v rozmezí 25 – 85%. Jak vidíme na obr. č. 3. Především trenéři odpovídali silně individuálně a nemůžeme pozorovat v jejich odpovědích jakýkoliv trend. Naopak odpovědi tenisových trenérek se především soustředily do dvou procentuálních rozmezí: 40 – 59% a 60 – 79%.



Obrázek 3: Graf odpovědí na 1. otázku dle pohlaví

b. dle věku

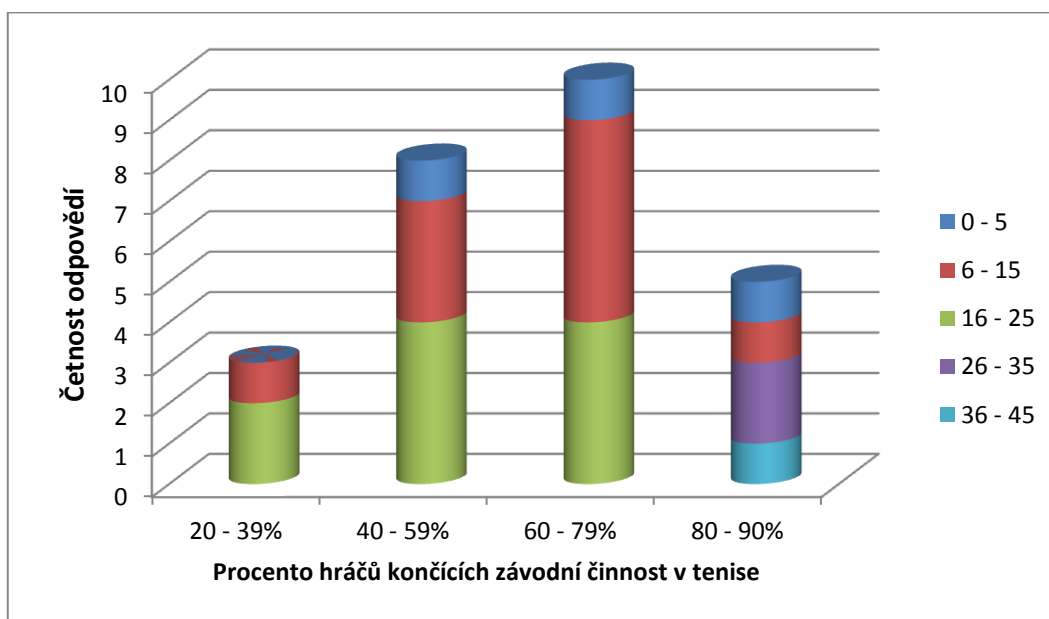
Roztřížené odpovědi dotazovaných dle věku vidíme na obr. č. 4. Odpovědi věkových skupin 18 – 25 a 46 – 55 jsou roztržštěné ve všech procentuálních rozmezech. Určitou koncentraci odpovědí z jedné věkové skupiny můžeme sledovat u trenérů ve věku 26 – 35, kdy 3 z 8 trenérů odpověděli v rozmezí 40 – 59% a 4 z 8 v rozmezí 60 - 79%. Také u trenérů věkové skupiny 36 – 45 vidíme koncentraci odpovědí (3 z 8) v rozmezí 40 – 59% a v rozmezí 60 – 79%. Odpověď nejstaršího dotazovaného trenéra pak vidíme v rozmezí 80 – 90%.



Obrázek 4: Graf odpovědí na 1. otázku dle věku

c. dle trenérských zkušeností

Nejdéle trénující trenéři jsou víceméně nejpesimističtější, jelikož jejich odpovědi vidíme v rozmezí 80 – 90%. Naopak nejméně zkušení trenéři jsou ve svých odpovědích nejednotní. Totéž můžeme říci i o trenérech trénujících 6 – 15 let, jejichž odpovědi jsou rozptýleny ve všech rozmezích, ale určitou koncentraci můžeme vidět v procentuálním rozmezí 40 – 59% a hlavně 60 – 79%. To samé platí pro trenéry s praxí 16 – 25 let.



Obrázek 5: Graf odpovědí na 1. otázku dle trenérských zkušeností

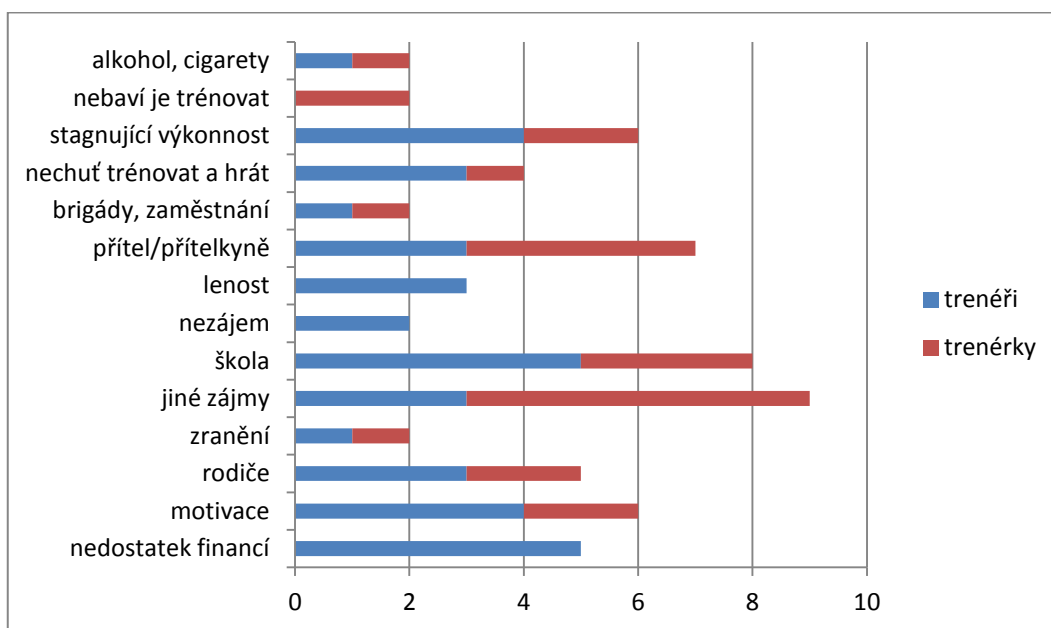
5.2.2 Výsledky otázky č. 2

2. otázka: „Z jakých důvodů si myslíte, že závodní činnost opouštějí?“

Do následujících grafů jsme zanesli 14 důvodů, které trenéři uvedli alespoň dvakrát. Několik důvodů bylo uvedeno pouze jedenkrát: nedostatek přátel, málo volného času, rozvod rodičů, kamarádi z jiného prostředí, hrají dlouho, diskotéky, puberta, změny v dospívání, věk. Nejvíce trenéři jako důvod ukončení závodní činnosti zmiňovali jiné zájmy, školu, přítele/přítelkyni, stagnující výkonnost a motivaci, dále rodiče a nedostatek financí. Negativum tohoto výsledku spatřujeme v tom, že v podstatě nevíme, co si pod pojmem jiné zájmy představit. Můžeme tím myslet jiný sport, jiné zájmy, ale také např. čas věnovaný příteli či přítelkyni. Jako hlavní důvody spatřují trenéři tedy důvody sociální, poté tréninkové a nakonec psychické spolu s ekonomickými.

a. dle pohlaví

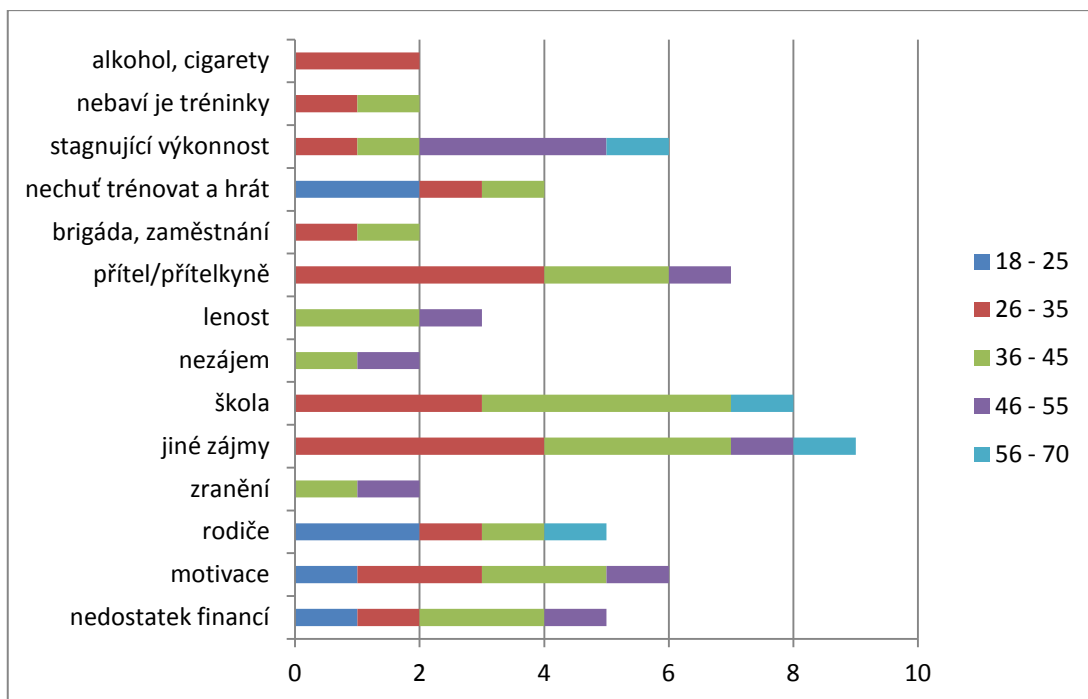
Na obrázku č. 6 vidíme graf s vypsányi důvody a jejich počet dle pohlaví trenérů. Jak vidíme, tak více důvodů uváděli trenéři. Některé důvody zmiňovali pouze trenéři: lenost, nezájem, nedostatek financí. Trenéři se zmiňovali spíše o důvodech spojených s tréninkem a výkonností tenisty, trenérky se spíše naopak zmiňovaly o jiných důvodech: přítel/přítelkyně, škola, jiné zájmy.



Obrázek 6: Graf odpovědí na 2. otázku dle pohlaví

b. dle věku

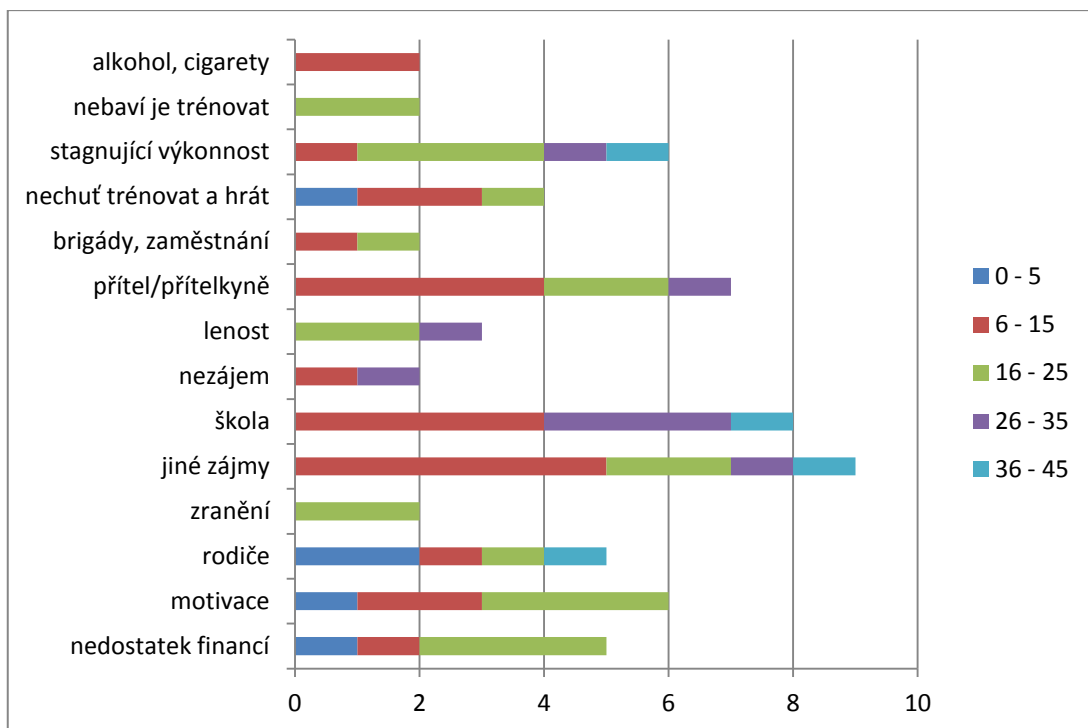
Na obrázku vidíme, že rozřazení dle věku stejně jako u první otázky, nepřineslo žádné trendy. Důvodem může být, že trenéři a trenérky mohli vyjmenovat více důvodů. Trenéři ve věkovém rozmezí 18 – 25 zmiňovali hlavně rodiče (2) a nechuť trénovat a hrát (2). Trenéři ve věku 26 – 35 pak nejčastěji zmiňovali jako důvody jiné zájmy (4), přítel/přítelkyni (4), školu (3), alkohol a cigarety (2) a motivaci (2). Trenéři ve věkovém rozmezí nejčastěji zmínili školu (4), jiné zájmy (3), přítele/přítelkyni (2), lenost (2), motivaci (2) a nedostatek financí (2). Trenéři ve věku 36 – 45 považovali jako hlavní důvod stagnující výkonnost (3) a nejstarší trenér se zmínil o stagnující výkonnosti, škole, jiných zájmech a rodičích.



Obrázek 7: Graf odpovědí na 2. otázku dle věku

c. dle trenérských zkušeností

Na obrázku můžeme vysledovat již určité trendy. Vidíme důvody, které zmiňovala pouze jedna skupina trenérů: alkohol a cigarety (trenéři kteří trénují 6 – 15 let), nebaví je trénovat a zranění (trenéři trénující 16 – 25 let). Trenéři trénující 26 – 35 let se zmiňují hlavně o tréninkových podmínkách: stagnující výkonnost, lenost a nezájem. Největší koncentraci odpovědí těchto trenérů však zaznamenal důvod škola. Jak je vidět nejvíce důvodů zmínili trenéři trénující 6 – 15 let, nejvyšší koncentrace odpovědí zaznamenali důvody: přítel/přítelkyně, škola a jiné zájmy. Nejvíce se o motivaci, nedostatku financí a stagnující výkonnosti zmiňovali trenéři trénující 16 – 25 let.



Obrázek 8: Graf odpovědí na 2. otázku dle trenérských zkušeností

5.2.3 Výsledky otázky č. 3

3. otázka: „Pamatujete si na nějaký specifický případ tenisty, který skončil se závodní činností a který Vás zaujal?“

Při této odpovědi trenéři a trenérky někdy zmínili i další důvody ukončení závodní činnosti v tenise. Stalo se tak tehdy, kdy si nevzpomněli na nějaký konkrétní případ. Trenéři do 25- ti let často zmiňovali případy svých kamarádů, kteří skončili se závodní činností, kvůli jiným kamarádům a především alkoholu. Tři trenéři, kteří trénují v rozmezí 6 – 15 let, se v této souvislosti zmínili o zranění a následném ukončení závodní činnosti. Někteří trenéři za další důvod ukončení závodní činnosti označili školu, hlavně ve spojení s maturitou a odchodem na VŠ, dále dání přednosti jinému sportu.

Mezi případy, které si trenéři zapamatovali, patří případ, kdy velmi nadějný tenista ze severních Čech skončil s tenisem kvůli rozpadu jeho tenisové „party“, tenis jej následně přestal bavit a snížila se i výkonnost. Další nadějný mladý tenista ze Štvanice, skončil s tenisem ze dne na den, jelikož chtěl jít studovat. Na otázku trenéra proč končí, uvedl, že studium bude do budoucna výhodnější. Trenérka se severních Čech si vzpomněla na případ tenistky, která patřila v mladších a starších žákyních mezi českou špičku, pak ale

v 16- ti letech s tenisem skončila, dodnes trenérka nezná konkrétní důvod. Daná hráčka dnes působí v Praze jako trenérka, také s ní jsme provedli interview. Tato trenérka uvedla mezi hlavní důvody ukončení závodní činnosti změny v dospívání, diskotéky a cigarety. Je možné, že právě jiné trávení volného času přimělo tehdy hráčku k ukončení závodní činnosti. Další příklad nám pověděl trenér z jižních Čech, který hovořil o talentované reprezentační hráčce, která skončila s tenisem ve 13- ti letech. Stalo se tak poté, co hráčka začala trávit svůj volný čas ve „špatné partě“. Zajímavý byl pohled trenéra-rodice ze severních Čech, jehož dcera s tenisem skončila kvůli nezájmu. Dalším případem, kdy skončila tenistka, byl tlak otce, který ji nutil hrát, hráčka skončila v 16- ti letech. O podobných důvodech se zmínila bývalá hráčka-trenérka, která se taktéž zmínila o výbušném otci. Jako hlavní důvody ukončení své závodní činnosti uvedla tlak a výbušnost otce a pak to, že neuměla nic jiného než tenis a chtěla se naučit něco jiného.

Při narativních rozhovorech s probandy jsme vyslechli další příklady. Prvním byla sestra probanda č. 1, která s tenisem skončila v 17- ti letech, kvůli chování otce, který pokud prohrála zápas, nejprve ji vynadal a poté s ní týden nemluvil, a také kvůli žádnému volnému času. Proband č. 4 se zmínil o tenistce, která ukončila závodní činnost kvůli zdravotním problémům – anorexii, která byla víceméně způsobena chováním otce. Dále jsme hovořili s jednou mladou trenérkou, která hraje pouze mistrovská utkání, jelikož se naplno věnuje trenérské činnosti a studiu na vysoké škole.

5.2.4 Výsledky otázky č. 4

4. otázka: „*Kolik procent bývalých hráčů si myslíte, že se k tenisu vrátí, a to v jakékoliv podobě?*“

Na tuto otázku trenéři a trenérky odpovídali silně individuálně, proto jsme se rozhodli výsledky vyjádřit pouze formou jednoduché tabulky (tab. č. 18), někteří trenéři na tuto otázku neodpověděli. Některé odpovědi trenérů a trenerek se shodovali, jak vidíme v tabulce, po třech odpovědích získali 20% a 40%, po dvou odpovědích pak 60%, 75% a 80%.

Tabulka 18: Odpovědi tázaných na otázku č. 4

Procenta	Počet	Procenta	Počet	Procenta	Počet
1%	1	30%	1	75%	2
5%	1	40%	3	80%	2
10%	1	50%	1	85%	1
15%	1	60%	2	90%	1
20%	3	65%	1		
25%	1	70%	1		

Odpověď se měla týkat návratu k tenisu v jakékoliv podobě, a to i rekreační. Někteří trenéři pak ke svým odpovědím v procentech poznamenali, že pokud jde i o rekreační tenis, pak ta procenta budou o něco vyšší.

Trenéři ve věku 18 – 25, se pak často zmiňovali o návratu k tenisu na pozici trenéra. Pro studenty, bývalé dobré tenisty, je trénování jak časově, tak finančně velmi výhodná brigáda. Ovšem většina těchto trenérů má pouze nejnižší trenérskou kvalifikaci a veškeré své trenérské zkušenosti čerpají většinou pouze z toho, co znají od svých bývalých trenérů.

5.2.5 Výsledky otázky č. 5

5. otázka: „*Snažíte se tomuto úbytku tenistů a tenistek nějak zamezovat?*“

Odpovědi na tuto otázku mohli být pouze kladné či záporné, vyskytli se však i odpovědi nejednoznačné. Většina trenérů odpověděla, že se úbytku tenistů a tenistek zamezovat snaží. Někteří způsob toho, jakým tak činí, ale nechtěli zveřejnit. Co nás překvapilo, byli odpovědi záporné.

Trenéři, kteří nám odpověděli záporně, byli čtyři. Jedna trenérka uvedla, že se nesnaží, jelikož děti musí vědět sami, zda chtějí hrát či nikoliv. Uvedla, že do 12- ti let se dá jejich rozhodnutí korigovat. Jako jeden z důvodů, proč tenisti končí tak brzy (v době dospívání), označila jejich brzký nástup k tenisu. Jiný trenér uvedl, že se nesnaží, jelikož mu to přijde nereálné. Má zkušenostmi s dětmi, které přijdou na trénink již znechucené, jelikož je jejich rodič na trénink vyhnal od počítače. Dále vidí jako velký problém a jeden z důvodů proč dospívající končí, že děti nemají zájem hrát tenis, nemají motivaci,

a to z těch důvodů, že nehrají žádná mistrovská utkání ani turnaje. Roli hraje také to, že tenisté ihned po tréninku odjíždí domů, nezůstávají na tenise, a tím pádem není kdy a jak tvořit partu, která by dospívající u tenisu udržela.

Někteří trenéři sice odpověděli, že se snaží úbytku zamezovat, ale ihned dodali, že to je velmi těžké a víceméně nereálné. Je pro ně těžké děti zaujmout a motivovat je k setrvání u tenisu. Pro to, aby dospívající zůstal u tenisu, je nutné, aby jej tenis bavil, pokud to tak není, tak zamezit odchodu takového hráče moc nejde. Takto nám odpověděl trenér, který považuje za jeden z hlavních důvodů setrvání v tenise dobrou výkonnost a dostatek financí. Další trenérka nám pověděla, že je to boj malinko zbytečný, že se snaží, ale přesto děti končí. Jako velmi důležitý prvek považuje interakci mezi rodičem a trenérem a pak samotné rodiče. Rodiče často jsou velmi despotičtí, kladou na děti nereálné nároky, chtějí, aby byly jejich děti hvězdy. Tato trenérka se snaží podávat tréninky jako zábavu a ne jako drill, snaží se dávat dětem volnost. Podle dalšího trenéra se nedá jednoznačně říct, jak tak činí, jelikož to je silně individuální, velkou roli ale spatřuje v působení rodičů.

Mezi kladné odpovědi, které nás velmi zaujaly, patří odpověď trenéra z jižních Čech, který hovořil o své trenérské filozofii, kterou se snaží předávat svým svěřencům. Snaží se, aby jeho svěřenci pochopili podstatu sportu jako takového, aby když přestanou s tenisem, aby nepřestali se sportem jako takovým. Podobný názor měla trenérka ze severních Čech. Často se trenéři zmiňovali o důležitosti vytvořit dobrou „partu“, podporovat týmovou kohezi, vytvářet příležitosti pro její utužování, jelikož právě dobří kamarádi jsou pro dospívající nejdůležitější. Dalším názorem byla nutnost motivovat své svěřence a důležitost komunikace svěřence a trenéra. Tento trenér kritizoval trenéry, kteří trenérství berou pouze jako byznys. Nutnost motivace byla jednou z nejčastějších odpovědí. Jinou odpovědí byla nutnost zlepšovat neustále výkonnost, podílet se na mistrovských utkáních alespoň na krajské úrovni. Jedna z mladších trenerek se zmínila o nutnosti motivace, která pramení hlavně z toho, že si s hráči povídá a snaží se jim objasnit, že hrát tenis mohou nejen vrcholově, ale také pro zábavu. Důležitost pro setrvání u tenisu spatřuje mnoho trenérů v přístupu rodičů. Pražská trenérka pak zmiňuje rozdíl ve vedení dětí, které na tenis chodí dvakrát týdně jako do zájmového kroužku a občas si zahrají mistrovské utkání a dětí, které se tenisu věnují naplno.

5.3 Shrnutí výsledků a kategorizace

V rámci shrnutí se nejprve zaměříme na zodpovězení vědeckých otázek, týkajících se narativních rozhovorů s probandů.

V1: Tři ze čtyř zkoumaných probandů se dostali k tenisu na popud svých rodičů. Poslední proband se k tenisu dostal sám, protože se mu tento sport líbil. Všichni hráči uvedli, že je ale tenis odmalička bavit.

V2: U probanda č. 1 považujeme za hlavní důvody ukončení závodní činnosti nejprve zranění a poté pokles výkonnosti, který je se zraněním spojen. Dalším důvodem je absence vhodných sparing partnerů a trenéra.

U probanda č. 2 mezi hlavní důvody patří přílišná horlivost a vznětlivost otce, žádný volný čas na jiné aktivity a nemožnost naplňovat tenisem sociální potřeby probanda.

Taktéž u probanda č. 3 vidíme jako jeden z důvodů ukončení závodní činnosti vznětlivou povahu otce, ovšem větší důraz v tomto případě klademe na psychickou stránku probanda, kdy kvůli vedení německého klubu, silně poklesla motivace hráče dále setrvat a naplno se věnovat tenisu.

U probanda č. 4 se pak schází více důvodů, prvním je despotický otec a styl výchovy, druhým je vedení klubu a trenéři TSM. Dále zranění a zdravotní problémy probanda, které jsou však již důsledky činnosti dvou jmenovaných faktorů. Nermalou roli hrál i nedostatek financí.

V3: Probandovi č. 1 trvalo ukončení závodní činnosti v podstatě 3 roky. Proband č. 2 skončil s tenisem během několika málo měsíců, poprvé zaregistroval, že jej tenis přestává bavit o tři roky dříve, ale myšlenka odchodu ho v té době ještě nenapadla. Proband č. 3 ukončoval svou závodní činnost v podstatě rok. V té době se ještě snažil hrát, ale přes nulové výsledky a dřinu, kterou na tenis vynakládal, si kladl otázku, zda mu to za to stojí. Proband č. 4 chtěl poprvé skončit s tenisem v 17- ti letech, ale nebylo mu to umožněno, proto na tuto otázku odpovíme tak, že tento proband ukončoval závodní činnost více jak 2 roky.

Jak vidíme, důvody ukončení závodní činnosti se u každého probanda liší, každý z nich si prošel svojí cestou, kterou k těmto důvodům dospěl. Zajímavá je shoda u tří probandů č. 2 – 4, kdy u každého z nich sehrál významnou roli otec. Shodu můžeme také nalez-

nout u prvního a posledního probanda, jelikož zranění mělo na jejich kariéru velký vliv a víceméně u obou dvou hráčů je možné nalézt vnější příčinění těchto problémů.

Co se týče výsledků, které jsme získali od trenérů, nemůžeme dozajista říci, že právě jeden důvod, je ten, který trenéři označili za hlavní. Jejich odpovědi byli silně individuální, i když jsme občas mohli vysledovat určitý trend, např. při rozdělené odpovědi trenérů dle pohlaví, jen trenéři uvedli důvody jako nedostatek financí, lenost či nezáměr hráčů. Mezi důvody, které zařadíme do modelu kategorizace, nebudou patřit jen důvody vyjmenované v tabulkách, ale také důvody, které nám trenéři sdělili v ostatních otázkách a které byly řečeny alespoň dvěma trenéry.

Předběžný model kategorizace, uvedený v teoretické části jsme sestavili na základě získaných informací především z výzkumů týkajících se vrcholových sportovců. Výsledný model kategorizace, pro který jsme získali podklady především od samotných sportovců a trenérů, bude orientován spíše pro použití ve výkonnostním sportu. Stejně jako v předběžném modelu, tak v modelu finálním (tab. č. 19) jsme důvody rozdělili do 5-ti kategorií. Přičemž nejpočetněji je zastoupena kategorie sociálních důvodů ukončení závodní činnosti. Tato kategorie je spolu s kategorií tréninkových důvodů od předběžného modelu nejvíce rozdílná. V ostatních kategoriích nám buď nějaký důvod zcela zmizel (např. těhotenství, náklady a čas na cestování, nedostatek materiálního vybavení či nedostatek ke hře) či naopak objevil (slabá týmová koheze, zdravotní problémy, nástup na brigádu či do zaměstnání, trávení více času s přítelem či přítelkyní a potřeba umět něco jiného než tenis). Důvod jiné zájmy, které zmiňovalo největší procento trenérů, jsme pro jeho nejasnost nezařadili ani do jedné kategorie.

Tabulka 19: *Finální kategorizace důvodů ukončení závodní činnosti v dospívání*

Psychické důvody	Zdravotní důvody	Ekonomické důvody
<ul style="list-style-type: none"> • slabá týmová koheze • nedostatek motivace • úzkost, která se objevuje před zápasy • frustrace při nemožnosti plnění stanovených cílů • potřeba umět něco jiného než tenis 	<ul style="list-style-type: none"> • zranění • zdravotní problémy 	<ul style="list-style-type: none"> • nedostatek financí • nástup na brigádu či do zaměstnání • nedostatek času
Sociální důvody	Tréninkové důvody	
<ul style="list-style-type: none"> • desaturace soc. potřeb • přílišný nátlak rodičů (převážně otce) • nedostatek volného času • nedostatek přátel na tenise i mimo tenis • vliv přátel mimo tenis • trávení více času s přítelem či přítelkyní • jiná sportovní zájmová činnost • náročné studium či odchod na SŠ či VŠ mimo bydliště • vedení klubu, které nejeví zájem o svěřence, napjatá atmosféra klubu • trávení volného času nevhodným způsobem - alkohol, cigarety, diskotéky 	<ul style="list-style-type: none"> • nedostatek kvalitních sparing partnerů • pokles či stagnace výkonnosti • absence trenéra či nevyhovující trenér • nezájem o tenis, a tudíž je nebaví trénovat • nechuť trénovat a hrát • neúčast ve výkonnostním tenise • lenost hráčů a hráček • přechod hráče k funkci trenéra 	

Trenéři pak také zmiňovali podstatné části tréninkového procesu, které jsou důležité pro udržení dospívajících u tenisu, a to nutnost komunikace svěřence a trenéra a trenéra a rodičů. Bez těchto aspektů, jejichž nutnost jsme zmiňovali i v teoretické části práce, je možnost, že dospívající ukončí závodní činnost mnohonásobně vyšší, než pokud si je jejich trenér vědom a pracuje na nich.

6 Diskuze

Cílem této práce byla analýza možných důvodů ukončení závodní kariéry u dospívajících hráčů tenisu, získaných kvalitativní metodou sběru dat – narativním rozhovorem s prvky interview. Tento cíl spatřujeme jako splněný, stejně tak jako cíl sekundární – vytvoření teoretického modelu kategorizace důvodů ukončení závodní činnosti v tenise, a to na základě informací získaných narativním rozhovorem s probandy a pomocí interview s trenéry.

Jelikož jsme při zkoumání literatury na toto téma nenašli žádné ucelené odpovědi, spatřujeme jak v modelu kategorizace tak hlavně v kazuistikách velký potenciál. Dokázali jsme totiž „nahlédnout“ do nitra tenistů, zjistili jsme, co je nejvíce utvářelo, co je na tenise nejvíce bavilo, kdy a proč se poprvé objevila potřeba s tenisem skončit, zda toto ukončení bylo dobrovolné či nikoliv. Objevily jsme důvody ukončení závodní činnosti a nutno říci, že se často neshodovaly s těmi, se kterými přicházeli sami probandi.

Jak již bylo řečeno, během průzkumu literatury jsme nenašli ucelený, do hloubky jdoucí přehled o důvodech ukončení závodní činnosti. Našli jsme pouze útržkové zmínky, či pouze několik kapitol věnovaných jednomu určitému problému. Samotné studie studující tento problém, se týkaly hlavně vrcholových hráčů a sportovců. Tyto studie zkoumali hlavně vliv ukončení závodní činnosti na psychiku hráče a na jeho následné zařazení do „normálního“ života. Většina trenérů se ale k vrcholovým hráčům nedostane, proto jsme se rozhodli vypracovat model týkající se právě výkonnostního tenisu.

V kategorizaci můžeme nalézt jak důvody zjištěné při narativních rozhovorech, tak důvody, které zmínili trenéři. Přestože jsme se bavili se 26- ti trenéry, pouze u jednoho jsme zjistili, že se přímo ptal hráče, který se závodní činností skončil, na důvody proč odchází. Což nám přijde jako velmi špatný stav, jelikož to pro trenéry může být výborná zpětná vazba a hlavně je možné, že odchodu hráče zamezí, právě tím, že se mu budou snažit porozumět a vyhovět v jeho námitkách.

I tak jsme ale naráželi na jisté nejasnosti, kterých si budeme pro příště vědomi. Při rozhovoru s trenéry jsme se ptali na pět otázek, neuvědomili jsme si ale, že i když se všichni trenéři považovali za klubové trenéry, někteří z nich se věnují čistě výkonnostnímu tenisu a někteří naopak (velmi je to patrné v pražských tenisových školách) dětem-tenistům, kteří považují tenis pouze za volnočasovou aktivitu, na kterou dochází dvakrát

týdně. V obou případech bude práce s dětmi-tenisty rozdílná, stejně tak mohly být odpovědi tázaných trenérů velmi rozdílně, nezaznamenali jsme ale výrazný odklon pražských trenérů od ostatních.

Druhým problémem – nesrovnalostí, které bychom se příště vyvarovali, je široký záběr tématu práce. Přestože jsme si mysleli, že jsme okruh výzkumu zúžili dostatečně, nebylo tomu tak. V rámci výzkumu jsme totiž zjistili, že důvody, za kterých opouštějí závodní činnost dívky, mohou být velmi odlišné od důvodů chlapců. Stejně tak jejich reakce na určité události týkající se „tenisového života“ a jejich motivace setrvat u tenisu. Na tento problém jsme mysleli při zpracování rozhovorů s probandy a také nás na něj upozornili dva dotazovaní trenéři. Oba uvedli, že se závodní činností končí více dívek než chlapců (dle pražského trenéra: 20% chlapci, 70% dívky) a zároveň, že důvody proč končí, jsou také odlišné. Chlapci spíše kvůli jiným zájmům, škole a zaměstnání, dívky pro to, že jsou lenivé a nechtějí hrát. Takovým příkladem může být i proband č. 1 (muž), který jako ostatní probandi (ženy) měl velmi vznětlivého otce, jako u jediného jsme ale neshledali tento vliv za podstatný, přestože probandova sestra právě kvůli otci skončila. Proto bychom se příště vyvarovali tohoto problému a zaměřili se pouze na určité věkové období a pohlaví.

Co považujeme za pozitivum při interview s trenéry, je vhodné zařazení více otázek na téma důvody ukončení závodní činnosti, jelikož si trenéři vzpomněli na další důvody, které v odpovědi na otázku směřovanou přímo na důvody ukončení závodní činnosti, neuvedli.

7 Závěry

Na základě narativních rozhovorů s prvky interview s probandy jsme analyzovali a stanovili důvody ukončení závodní činnosti čtyř probandů. Mnohdy se naše výsledky neshodovaly s tvrzeními probandů. Každý ze čtyř „příběhů“ pohlížel na danou problematiku z jiného úhlu pohledu. Jako probandy jsme měli bývalou reprezentační hráčku, dva hráče hrající i v zahraničí a hráčku krajských soutěží.

Zjistili jsme, že jednotlivé důvody probandů byly silně individuální a jejich vývoj záležel na mnoha faktorech, kterými byli probandi ovlivněni. Přesto bychom obzvláště u probandů – žen mohli nalézt jednu shodu, a to silný vliv rodičů – otce. Dále se potvrdilo, že tenis je velmi náročný sport, a to hlavně ve směru psychickém. Můžeme tento fakt ukázat na příběhu probanda č. 3, kdy náhlá ztráta motivace, znamenala pomalý konec s tenisem. Přestože jsme byli k dalšímu poznatku skeptičtí, potvrdil se, velkou roli hraje i zranění, jak jsme viděli u probandů č. 1 a 4. Přestože důvod jako zranění se může zdát jediným a hlavním důvodem, tak tomu tak není, jak u prvního, tak u druhého případu to byl spíše důsledek předchozích skutečností. Zjistili jsme, jak důležitá je i pro tenistu týmová koheze, jelikož si v daném týmu tenista naplňuje své sociální potřeby. Pokud se tým rozpadne, dojde k desaturaci potřeb a následnému ukončení činnosti. Posledním, o čem se zmíníme, je vliv vedení klubu a trenéra. Věřili jsme, že tento vliv bude markantní, ale nečekali jsme, že se tak negativní postoj, jaký jsme viděli u probanda č. 4, vyskytne i ve významném tenisovém středisku starajícím se o tenisové naděje jako TSM.

Další důležité poznatky nám přineslo interview s trenéry. To nám pomohlo ve zformulování teoretického modelu kategorizace důvodů ukončení závodní činnosti. Tento model se skládá z pěti skupin důvodů: sociální, tréninkové, psychické, ekonomické a zdravotní. Všechny uvedené důvody namísto s vrcholovým tenisem, jak uvádí drtivá většina studií, souvisí s tenisem výkonnostním.

Do budoucna by bylo velmi zajímavé počet případových studií navýšit. Myslíme si, že se v nich skrývá ještě mnoho důvodů, které jsme prozatím nezaznamenali. I samotné případové studie by však mohly předat čtenářům - trenérům, rodičům, hráčům - mnoho informací a ponaučení.

V případě dalších výzkumů bychom doporučovali zúžit oblast zkoumání pouze na jedno pohlaví.

8 SEZNAM LITERATURY

BACON, SHANE. Rebecca Marino quits tennis because of bullying on social media. *Yahoo sport* [online]. 21.2.2013 [cit. 30.5.2013]. Dostupný z <http://sports.yahoo.com/blogs/tennis-busted-racquet/rebecca-marino-quits-tennis-because-bullying-social-media-175955476--ten.html>

BAXTER-JONES, AD, MAFFULLI, N. Parental influence on sport participation in elite young athletes. *The journal of sports medicine and physical fitness* [online] 2003 June **43**(2), 250-255 [cit. 16.5.2013] ISSN 1827-1928 Dostupné z: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/12853909>

FERNANDEZ, A., STEPHAN, Y., FOUQUEREAU, E. Assessing reasons for sports career termination: Development of the Athlete's Retirement Decision Inventory (ARDI). *Psychology of sport and exercise* [online] 2006 June **7**(4), 407-421 [cit. 2.5.2013] ISSN 1469-0292 Dostupné z: <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S146902920500107X>

GILLET, N., VALLERAND, R., J., AMOURA, S., BALDES, B. Influence of coaches' autonomy support on athletes' motivation and sport performance: A test of the hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation. *Psychology of sport and exercise* [online] 2010, **11**, 155-161, [cit. 20.5.2013] ISSN 1469-0292 Dostupný z <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1469029209001186>

GRASGRUBER, P., CACEK, J. *Sportovní geny*. 1. Vyd. Brno: Computer Press, 2008. 480 s. ISBN 978-80-251-1873-3

HAVLÍČKOVÁ A KOL. *Fyziologie tělesné zátěže II*. 1.vyd. Praha: Karolinum, 1993. 238 s. ISBN 80-7066-815-6

HENDL, J. *Kvalitativní výzkum: základní metody a aplikace*. 1.vyd. Praha: Portál, 2005. 408 s. ISBN 80-7367-040-2

HENDL, J. *Přehled statistických metod: analýza a metaanalýza dat*. 3.vyd. Praha: Portál, 2009. 696 s. ISBN 978-80-7367-482-3

HORN, T., S. *Advances in sport psychology*. 3rd ed. Champaign, IL: Human Kinetics, c2008. xi, 499 s. ISBN 978-0-7360-5735-6

- HOŠEK, V. A KOL. *Motivace sportovního tréninku*. 1.vyd. Praha: Univerzita Karlova, 1986. 287 s.
- HŘÍCHOVÁ, M., NOVOTNÁ, L., MIŇHOVÁ, J. *Vývojová psychologie pro učitele*. 2.vyd. Plzeň: ZČU v Plzni, 2000. 82 s. ISBN 80-7082-626-6
- HUNALOVÁ, L. *Integrace životní zkušenosti: výzkumné možnosti metody životní křivky*. [online] Brno, 2007. Diplomová práce. Masarykova Univerzita v Brně [cit. 30.5.2013] Dostupný z http://is.muni.cz/th/64910/ff_m/
- KENOW, L., WILLIAMS, J. M. Coach-athlete compatibility and athlete's perception of coach behaviors. *Journal of sport behavior* [online] 1999 June, 22.2, 251-259 [cit. 20.5.2013] Dostupný z <http://www.udel.edu/ICECP/resources/coachingstyles/Coach%20athlete%20compatibility.pdf>
- Klasifikační řád tenisu*. [online] Český tenisový svaz. 2011. [cit. 9.7.2013] Dostupný z: http://www.cztenis.cz/docs/klasifikacni_rad.pdf
- LANGMEIER, J., LANGMEIER, M., KREJČÍŘOVÁ, D. *Vývojová psychologie s úvodem do vývojové neurofyzologie*. 1.vyd. Praha: H&H, 1998. 132 s. ISBN 80-86022-37-4
- LANGMEIER, J., KREJČÍŘOVÁ, D. *Vývojová psychologie*. 4.vyd. Praha: Grada, 2006. 368 s. ISBN 80-247-1284-9
- MACHAČ, M., MACHAČOVÁ, H., HOSKOVEC, J. *Emoce a výkonnost*. 2.vyd. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1988. 288 s.
- MILEY, D., CRESPO, M. *Jak být lepším tenisovým rodičem: rady a pokyny pro rodiče mladých tenisových hráčů*. The international Tennis Federation, ITF Ltd, 1999.
- MILEY, D., CRESPO, M. *Tenisový trenérský manuál 2. stupně*. 1.vyd. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2001. 305 s.
- MOESCH, K., MAYER, C., ELBE, A. Reasons for career termination in Danish elite athletes: Investigating tender differences and time-point as potential correlates. *Sport Science Review* [online] 2012, 21(5-6), 49-68 [cit. 2.5.2013] ISSN (online) 2069-7244. Dostupný z: <http://www.degruyter.com/view/j/ssr.2012.21.issue-5-6/v10237-012-0018-2/v10237-012-0018-2.xml>

- NAKONEČNÝ, M. *Lidské emoce*. 1.vyd. Praha: Academia, 2000. 335 s. ISBN 80-200-0763-6
- NAKONEČNÝ, M. *Motivace lidského chování*. 1.vyd. Praha: Academia, 1996. 270 s. ISBN 80-200-0592-7
- NEKOLOVÁ, B. *Problematika návratu tenistů k soutěžní činnosti po herní přestávce*. Praha, 2012. [online] Bakalářská práce. Univerzita Karlova v Praze. [cit. 30.5.2013] Dostupný z <https://is.cuni.cz/webapps/zzp/detail/102824>
- NEWELL, C.P.Q., 2005. *Identification of intrinsic, interpersonal, and contextual factors influencing disengagement from high performance sport*. [online] Vancouver. Doctoral thesis. The University of British Columbia. The faculty of graduate studies. [cit. 2.5.2013] Dostupné z: <https://circle.ubc.ca/handle/2429/17165>
- QUINTON, M. The influence of parents in youth sport. In: *TheSportinMind.com* [online] 1.2.2013 [cit. 17.5.2013] Dostupný z <http://www.thesportinmind.com/weekly-articles/february/the-influence-of-parents-in-youth-sport/>
- SEKOT, A. *Sociologické problémy sportu*. 1.vyd. Praha: Grada, 2008. 224 s. ISBN 978-80-247-2562-8
- SCHÖNBORN, R. *Optimální tenisový trénink: Cesta k úspěšnému tenisu od začátečníka ke světové špičce*. Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého, 2008. 234 s. ISBN 3-938509-11-2.
- SCHUMACHER, D., KELLERS, P. Parental involvement, influence and interference in sport. *Coaches' quarterly*. [online] Spring 2008, **12**(3), 4-6 [cit. 16.5.2013] Dostupný z <http://www.nfhslern.com/pdf/Parental-Involvement-Influence-or-Interference-in-Sports.pdf>
- SLEPIČKA, P., HOŠEK, V., HÁTLOVÁ, B. *Psychologie sportu*. 2.vyd. Praha: Karolinum, 2011. 240 s. ISBN 978-80-246-1602-5
- STOJAN, S., BRABENEC, J. *Tenis zdravým rozumem*. 1.vyd. Praha: T/Production, spol. s.r.o., 1999. 142 s. ISBN 80-238-4745-7
- TAYLOR, J., WILSON, G. *Applying sport psychology: four perspectives*. Champaign: Human Kinetics, 2005, ix, 310 s. ISBN 0-7360-4512-0

TOD, D., THATCHER, J., RAHMNA, R. *Psychologie sportu*. 1.vyd. Praha: Grada, 2012. 200 s. ISBN 978-80-247-3923-6

TRNINIĆ, M., PAPIĆ, V., TRNINIĆ, V. Influence of coach's leadership behaviour and process of training on performance and competition efficacy in elite sport. *Acta kinesiologica* [online] 2009, 3(1), 18-25 [cit. 20.5.2013] ISSN (online) 1840-3700. Dostupný z <http://www.actakin.com/PDFS/BR0301/SVEE/04%20CL%2003%20MT.pdf>

WEINBERG, R. S., GOULD, D. *Foundations of sport and exercise psychology*. 4th ed. Champaign: Human Kinetics, 2007. xv, 607 s. ISBN 978-0-7360-6467-5.

WEISS, M.,R. *Developmental sport and exercise psychology: a lifespan perspective*. Chapter five – Parental influence on youth involvement in sport [online] University of Virginia: Fitness informatik technology, 2004. 596 s. ISBN 1-885693-36-2 [cit. 16.5.2013] Dostupný z <http://www.rcgd.isr.umich.edu/garp/articles/eccles04e.pdf>

WELK, G.,J. *Promoting physical activity in children: parental influences*. [online] [cit. 17.5.2013] Dostupný z <http://www.vtaide.com/png/ERIC/Physical-Activity.htm>

YOUNG, J.A., PEARCE, A.J., KANE, R., PAIN, M. Leaving the professional tennis circuit: exploratory study of experiences and reactions from elite fiale athletes. *British Journal of Sports Medicine* [online] 2006 May, 40(5), 477-483 [cit. 2.5.2013] ISSN (online) 14730480. Dostupné z: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2577503/>

9 Seznam obrázků a tabulek

Základní text

Seznam obrázků

Obrázek 1: Základní psychické schopnosti v tenise	17
Obrázek 2: Vztah mezi sebedůvěrou a výkonem	25
Obrázek 3: Graf odpovědí na 1. otázku dle pohlaví.....	84
Obrázek 4: Graf odpovědí na 1. otázku dle věku	84
Obrázek 5: Graf odpovědí na 1. otázku dle trenérských zkušeností	85
Obrázek 6: Graf odpovědí na 2. otázku dle pohlaví	86
Obrázek 7: Graf odpovědí na 2. otázku dle věku	87
Obrázek 8: Graf odpovědí na 2. otázku dle trenérských zkušeností	88

Seznam tabulek

Tabulka 1: Projevy nadměrné úzkosti	22
Tabulka 2: Typy koncentrace	24
Tabulka 3: Předběžná kategorizace důvodů ukončení závodní činnosti.....	40
Tabulka 4: Tenisové milníky probanda č. 1	50
Tabulka 5: Umístění na CŽ a BH probanda č. 1	51
Tabulka 6: Rozkódované kategorie a podkategorie rozhovoru probanda č. 1 ...	54
Tabulka 7: Tenisové milníky probanda č. 2	57
Tabulka 8: Umístění na CŽ a BH probanda č. 2	57
Tabulka 9: Rozkódované kategorie a podkategorie rozhovoru probanda č. 2	60
Tabulka 10: Tenisové milníky probanda č. 3	63
Tabulka 11: Umístění na CŽ a BH probanda č. 3	64
Tabulka 12: Rozkódované kategorie a podkategorie rozhovoru probanda č. 3 ...	67
Tabulka 13: Tenisové milníky probanda č. 4	71
Tabulka 14: Umístění na CŽ a BH probanda č. 4	72
Tabulka 15: Rozkódované kategorie a podkategorie rozhovoru probanda č. 4 ...	76

Tabulka 16: Rozdělení tázaných trenérů a trenérek dle věku	83
Tabulka 17: Rozdělení tázaných trenérů a trenérek dle trenérských zkušeností .	83
Tabulka 18: Odpovědi tázaných na otázku č. 4	90
Tabulka 19: Finální kategorizace důvodů ukončení závodní činnosti v dospívání	94