

## Vrcholový sportovní výkon a reakce okolí

Marie Blahutková, Viktor Pacholík

Masarykova univerzita, Fakulta sportovních studií, Katedra společenských věd ve sportu, Brno  
*blahutkova@fsps.muni.cz, pacholik@fsps.muni.cz*

### Abstrakt

Vrcholoví sportovci jsou společností přijímáni jako úspěšní lidé, kteří často nemají finanční potíže a jsou symbolem síly, krásy a ideálu harmonie těla a ducha jako tomu bylo již ve starověkém Řecku. Ideál kalokagathie je prosazován zejména u esteticko koordinačních sportů a v současnosti se objevuje i u dalších sportovních disciplín jako je atletika, fotbal, hokej nebo plavání. Vítězství a rekordy jsou ve společnosti přijímány a oceňovány jako projevy reprezentace lidu, národa a vlastenectví. Stejně tak sportovní úspěch ovlivňuje samotné sportovce. Při neúspěchu dochází k poklesu výkonové motivace, k nezájmu okolí, ke kritice a často se projevují negativní reakce diváků i okolí. Sportovci pak čelí řadě situací, které je nemohou motivovat, vedou k frustracím, k přílišné sebekritice a k brzkému ukončení sportovní kariéry. Na druhé straně starší neporažení sportovci se objevují na výsluní popularity řadu let, i když jejich výkonnost stagnuje. Reakce okolí působí na sportovce v obou směrech a má rozhodující význam ve sportovní kariéře. Řada bývalých vrcholových sportovců se nedokázala v běžném životě společnosti uplatnit a po ukončení závodní kariéry prožívají zcela neplnohodnotný život.

Klíčová slova: vrcholový sport, sportovní kariéra, motivace k výkonu, životní spokojenost

### Úvod

Vrcholový sport patří k celospolečenským fenoménům, které jsou společností přijímány jako zábava a obrovský zdroj toku financí ve finančním průmyslu. Patří k současným koníčkům lidí na celém světě, ať už se na něm podílejí aktivně formou vlastního výkonu nebo prostřednictvím manažerských aktivit nebo pouze divácky. Nelze pominout sport kolem nás, patří k hlavním událostem dne, týdne, měsíce, roku, ale i větších časových období, jako např. olympijské cykly. V každém z nás zanechává sport svoje stopy, ať už kladné ve vztahu k aktivnímu přístupu včetně postojů fair play nebo záporné ve vývojově nezapomenutelných zážitcích ze školní tělesné výchovy, v aktuálních situacích partnerských či rodinných (médií) nebo také v aférách, které zásluhou této činnosti vyplývají na povrch – doping ve sportu, falešná identita, úplatkářství apod.

Sport představuje jeden ze základních fenoménů lidského bytí a podílí se na všech složkách dění moderní společnosti. Je jedním ze základních elementů procesu přispívajícího ke kvalitě života a ke zdraví. Součástí tohoto procesu je harmonicky vyrovnaná osobnost ve sférách bio - psycho - socio - spirituální pohody každého jedince. Základním atributem bytí člověka je činnost a dějinnost. Činnost člověka lze v jistém smyslu nazvat pohybem, pohybem biologickým a pohybem společenským. Společenský vývoj je výsledkem neustálých změn, mění se prostředí, ideje, kultura, v závislosti na nich se mění i lidé a vztahy mezi nimi. Změna je považována za stálou realitu lidské společnosti, jako motor historie a podstata vývoje (Blanchard, 1995). Změny mohou být způsobeny

výsledkem invence, jako výsledky procesů odehrávajících se uvnitř společnosti nebo difúze, změny způsobené vlivy zvenčí (Hodaň, 2000). Pojetí pohybu jako součásti lidského bytí se objevilo ve filozofii Platóna, který své myšlenky zakládal na pojetí neustálé změny. Reálný svět smyslově vnímatelných entit doplnil charakteristikou neustálé změny (héraikleitovskou), toku dění, v němž nic není stálého (Berka, 2000). Na něj navázal Aristoteles systematickými úvahami o pohybu, které vycházely z jeho pojetí přírody (fysis), pohyb byl pro něj především nejobecnějším projevem přirozenosti všech smyslově vnímatelných věcí (Aristoteles, 1984). Sport přispívá svým nezastupitelným vkladem k socializaci člověka a jeho osobnostní kultivaci. Jakmile přejde k automatizaci motorické činnosti, kterou vykonává člověk při organizované kontrole vědomí, vznikají pohybové návyky (Gracz, Sankowski, 2001). Tyto jsou základním projevem každé sportovně pohybové aktivity a udávají smysl sportovní činnosti. Každá sportovní činnost v protikladu k chaosu symbolizuje a realizuje řád, a tím se bezděčně stává jednou z forem přirozeného náboženství (Wolf, 1998). Sportovně pohybové aktivity nejsou jen podpůrné doplňky života, ale stávají se přímo jeho uspokojivým smyslem (Hogenová, 2000). Sport je společenským jevem, který svými projevy patří do kategorie kultury, jeho jádrem je specifická aktivní sportovní činnost, mající vliv na veřejnost, ale současně mající určité vztahy k celé řadě oblastí společenského života, jako např. k politice, ekonomice, brannosti, vzdělání a výchově, k vědě, umění apod. Sport se jeví jako zrcadlo společenských poměrů, je neustále ovlivňován podmínkami vnějšího společenského prostředí a různou intenzitou zasahuje naopak do výše uvedených oblastí společenské činnosti a ovlivňuje je (Choutka, 1976). Sport je fenomén, který nás provází po celý život. Hermeneutické úvahy se snaží rozkrýt tento fenomén až k jeho nejhlubším počátkům. Sport proto nemůžeme chápat pouze biologicky, freudisticky anebo pragmaticky (Hogenová, 1998). Pro naši společnost je sport a celá tělesná kultura výrazem daleko hlubších potřeb člověka než jsou potřeby animální, politické či jiné. Sport je spojován s tvořením a tak se do sportovně pohybových aktivit dostává etická i estetická problematika. Často se jedná o otázky týkající se pravidel sportu a sportovního chování. V této oblasti sport úzce souvisí s rituálem a rozdíl mezi rituálem a hrou spočívá v tom, že hra se provádí s vědomím, že má určitá pravidla. Rituál je prováděn s očekáváním a jeho pravidla vznikají historicky a kauzálně (Toht, 1998). Sport je označován jako biologická potřeba vyniknout, u mužů s dominantními prvky nároku na ženy a zdroje.

Výkon ve sportu představuje základní prvek, bez kterého nelze sportovní činnost vykonávat. V náročných situacích ve sportu i v běžném životě je často zapotřebí plně uvolnit výkonnostní potenciál případně čerpat z rezervních zdrojů organismu i osobnosti. Toho nelze dosáhnout přímo volným úsilím, protože psychosomatické složky výkonnosti i aktuálního výkonu mají autonomní a velmi dynamickou povahu (Vaněk, 1996). Sportovní výkon může být také definován jako produkt schopností sportovce ve vybraném sportovním odvětví nebo disciplíně, který je konečným výsledkem komplexního působení tréninkového procesu (Choutka, 1981). Sportovec vkládá do aktuálního sportovního výkonu řadu dalších motivů, které zahrnují jak strategické aspekty rozhodování o vlastní sportovní činnosti, tak motivy, které reagují na potřeby osobnosti sportovce a vyplývají z jeho sociálního postavení a způsobu života. Sportovní výkon je sociálně podmíněný, vztahuje se k němu sportovní kolektiv a je předmětem diváckého zájmu (Čechák, Linhart, 1986).

Potřeba výkonu ve sportu jeví vztah k motivační struktuře člověka (k jeho kompetenční oblasti). I při stabilizované motivační struktuře vzniká transfer potřeby velkého výkonu do jiných, především sportu příbuzných oblastí, ale převážně zjišťujeme vyhraněnou orientaci výkonové motivace na sportovní úspěch (Hošek, 1989).

Sportovní činnost jako spontánní pohybová aktivita je motivována převážně pozitivně (libé prožitky = funkční slast). Typické je to zejména u rekreačních sportovních aktivit a u herních činností. Představa těchto prožitků se stává potom hlavním činitelem pozitivní motivace sportovní činnosti. Pozitivní výkonová motivace se projevuje i jako sekundární neboli naučená motivace (nepříjemné situace ve sportu, které si sportovec uvědomuje, prožívá je a dosahuje prostřednictvím nepříjemných zážitků příjemné cíle). Ve sportu se však může projevit i negativní motivace, zejména tehdy, je-li sportovec donucen vykonávat určitou činnost (jinou osobou, okolnostmi) a s touto činností se neztotožňuje. Průvodním znakem pak bývá averze k činnosti a nelibé prožitky, které často vedou k frustracím, anxiózním stavům a někdy dokonce vyvolají i krizi (mohou se vyskytovat v dětství nebo ve vrcholovém sportu).

Z hlediska sportovce je sportovní úspěch hlavním bezprostředním cílem a hodnotou, o jejíž dosažení se snaží. Úspěchu je dosahováno intenzivním sportovním tréninkem a ten je prostředníkem k dosažení osobních a společenských cílů (zdraví, tělesná zdatnost a krása, možnost cestování, reprezentace a v neposlední řadě také finanční uspokojení a další výhody). Tyto skutečnosti podstatně ovlivňují motivační strukturu sportovce a jsou těsně spojeny s jeho strukturou emoční. Sportovní úspěch má tedy z hlediska psychologického v životě sportovce důležité postavení a je pro něj zdrojem motivů a citů. Zda určitý sportovní výkon představuje z hlediska sportovce úspěch nebo neúspěch, je otázka značně subjektivní.

Úspěch a neúspěch se vyskytují ve sportu v určité dialektické jednotě své protikladnosti. Jejich vhodná regulace a zajištění jejich vhodné optimální míry pro každého sportovce jsou jedním ze základních problémů psychologické přípravy sportovce.

Sportovní kariéra s sebou přináší řady zvrátů, od závratně úspěšné činnosti, která je společností chápána jako symbol výkonu a lidské krásy a možnosti (Phelps, OH Peking, 2008 – 8 zlatých medailí) a na druhé straně neúspěšné činnosti, která vyústí v kritiku, sebekritiku, frustrace, ztrátu zájmu i v krizové situace (ukončení závodní činnosti, životní bariéry, neschopnost plnohodnotného života, nemoci, smrt). V českém prostředí je postavení sportovců stále chápáno velmi populisticky a pokud sportovec reprezentant nedosahuje očekávaných výsledků, je zaslouženě kritizován a společností postupně zavrhován a odmítán. Tato situace může urychlit konec aktivní sportovní kariéry, zejména u sportovců, kteří jsou na společenském mínění značně závislí. Proto jsme se pokusili zjistit, jak vnímají svoji kariéru a její případné nezdary současní vrcholoví sportovci a později bývalí vrcholoví sportovci, kteří ukončili závodní kariéru a se sportem ztratili kontakty.

K našemu výzkumnému šetření jsme použili dotazníkovou metodu, kdy jsme se dotazovali dvou skupin vrcholových sportovců reprezentantů na jejich vztah k výkonu v průběhu závodní kariéry a na jejich současný životní standard.

První skupina byla sestavena z 10 aktivních vrcholových sportovců reprezentantů ČR ve věku 19 – 27 let, z toho bylo 5 mužů a 5 žen. Vybraná sportovní odvětví: motorismus, volejbal, sportovní gymnastika, aerobik, plavání, běžecké lyžování (tab. 1). Všichni měli již zahraniční zkušenosti a současně již zažili (nebo zažívají) úspěšnou i neúspěšnou kariéru. 3 z nich se zúčastnili OH v Pekingu.

Tabulka 1: Oslovení aktivní vrcholoví sportovci

Sportovní odvětví	Muži	Ženy
Motorismus	2	0
Volejbal	1	1
SG, aerobik	0	2
Plavání	1	1
Běžecké lyžování	1	1

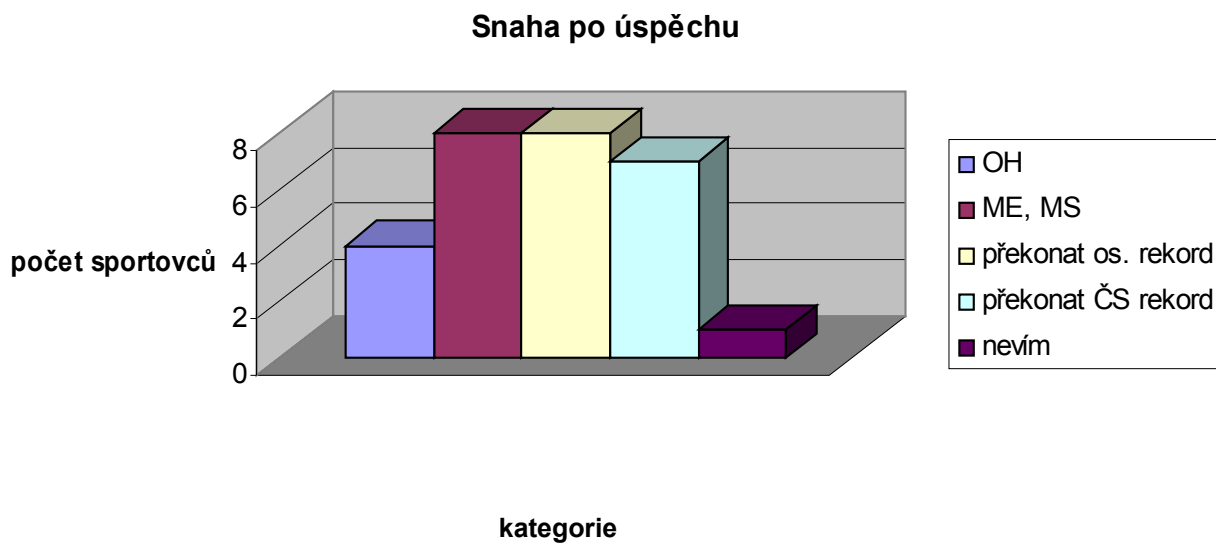
Naše otázky se nejprve týkaly jejich výkonové motivace a aspirací, všichni oslovení patří do skupiny úspěchem motivovaných sportovců, motivuje je jednoznačně úspěch, neúspěch při tréninku nebo soutěži je demotivuje a jejich zájem o další úspěchy je v takovém případě nižší, často se obávají dalšího neúspěchu nebo uvažují o své další kariéře (zejména starší sportovci, např. plavkyně ve věku 26 let). Konkrétní dotaz na neúspěch se projevil v odpovědích, které poukazovaly na závislost věku a délce sportovní kariéry. Při dotazu Jak prožíváš aktuální neúspěch ve vztahu k myšlenkám na ukončení sportovní kariéry? se objevovalo nejvíce odpovědí v hladině přemýšlím o ukončení často (obr. 1).



Obr. 1: Motivace sportovců při neúspěšné činnosti

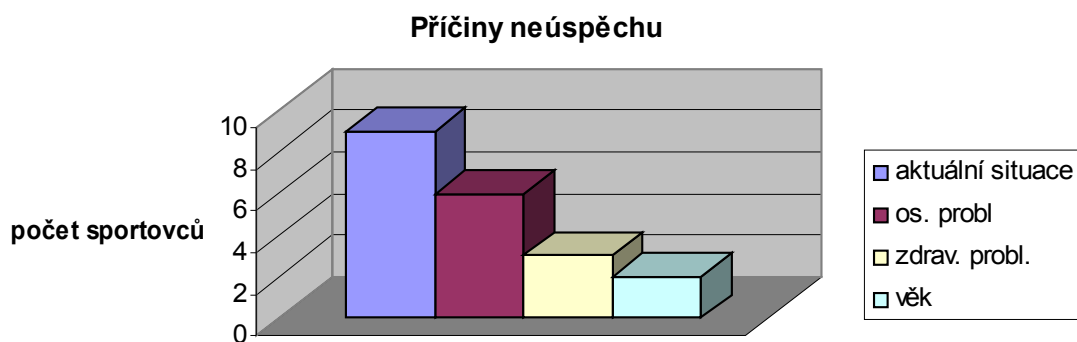
Ani jeden z dotazovaných nevedl, že by vůbec tyto myšlenky neměl, velmi často tyto myšlenky měly 4 ženy a pouze jeden muž. Lze tedy usuzovat, že neúspěch více trápí ženy než muže.

Druhý okruh odpovědí se týkal dalšího vývoje sportovní kariéry. Na dotaz Čeho chceš ve svém sportovním odvětví dosáhnout? se většina dotazovaných shodla na odpovědi, že těch nejlepších výsledků (obr. 2), v některých případech byla vrcholem kariéry účast na Olympijských hrách (4 x). Pouze v jednom případě vrcholový sportovec neočekával, že dosáhne velkých úspěchů nebo dobrých výsledků.



Obr. 2: Motivace k dosažení max. výsledku

Příčiny svých neúspěchů vidí zejména v osobních charakteristikách (6 x), někteří jsou však limitováni věkem ( 2 x ) nebo vleklými zdravotními problémy (3 x), někteří nedokázali na tuto otázku odpovědět ve vztahu k dlouhodobějšímu hledisku, opakovali, že je to pro ně pouze aktuální záležitost a jakmile se z aktuálních problémů dostanou, vše zase bude v normální sféře motivace (obr. 3).



Obr. 3: Hodnocení příčin neúspěšnosti u dotazovaných sportovců

Lze tedy konstatovat, že neúspěch provází sportovce v průběhu sportovní kariéry bez výjimky a že záleží na aktuální psychické pohodě, na psychické odolnosti a na sociální opoře, kterou vrcholovým sportovcům poskytujeme v průběhu jejich kariéry.

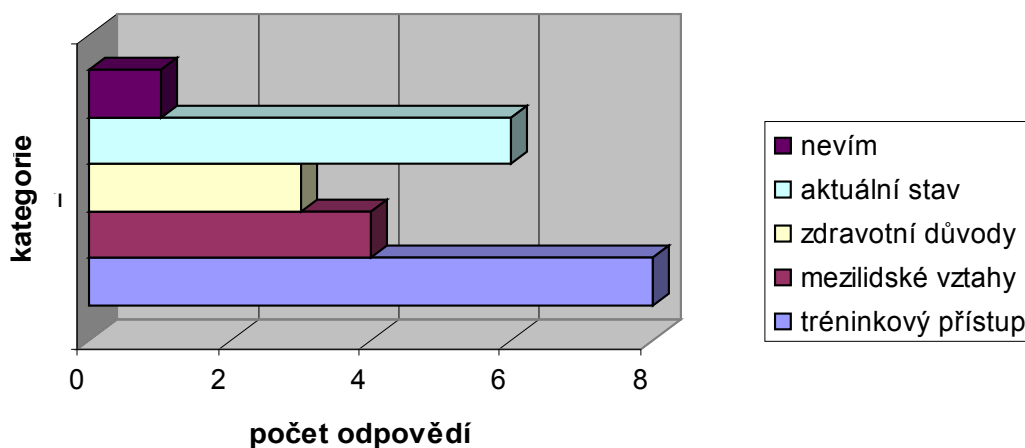
Druhá skupina bývalých vrcholových sportovců byla stejně početná, pouze reprezentovali jiné sporty (tab. 2). Jejich věk byl 26 – 49 roků a odpovídalo celkem 6 mužů a 4 ženy. Všichni byli bývalí reprezentanti ČR.

Tabulka 2: Oslovení bývalí reprezentanti ČR

Sportovní odvětví	Muži	Ženy
Volejbal	1	1
Sportovní gymnastika	2	1
Plavání	1	1
Krasobruslení	1	1
Atletika	1	0

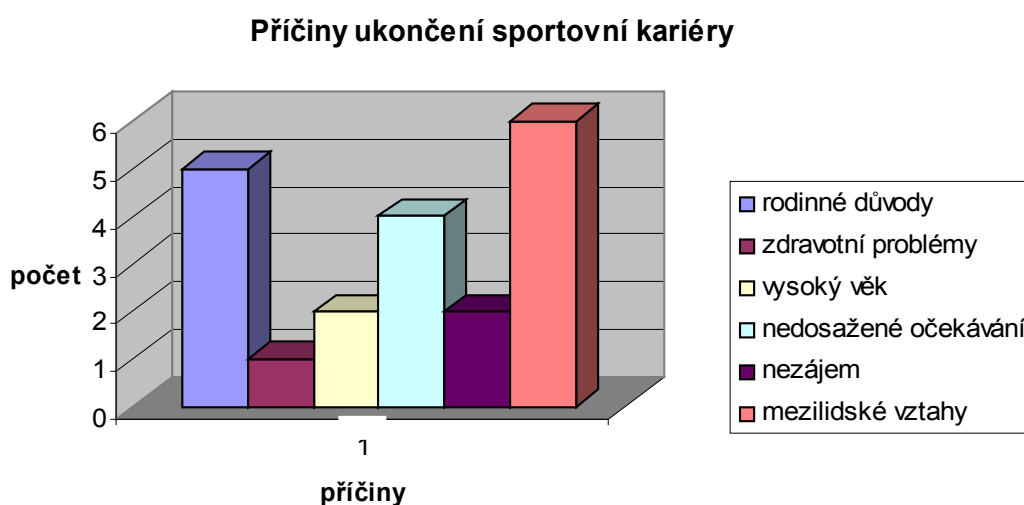
Pouze dva z oslovených bývalých vrcholových sportovců pokračují ve sportovní kariéře jako trenéři, jeden jako rozhodčí. Ostatní jsou pasivními diváky a mají rádi i jiné sporty. Dotazovali jsme se zpočátku na to, jak vidí s časovým odstupem příčiny svých neúspěchů v naplněné sportovní kariéře. Většina z nich se shodla na špatném tréninkovém přístupu a na mezilidských vztazích (obr. 4). Zajímavé je, že dříve byli vnímáni jako úspěšní vrcholoví sportovci a jejich kariéra byla popisována v mnoha případech jako vynikající, přitom každý se při následném rozhovoru, který se uskutečnil po dotazníkovém šetření otevřel k výpovědím, které poukazovaly na časté nebo dosti časté vnitřní prožívané neúspěchy. Mnohdy se objevovaly v tisku i zprávy týkající se jejich nečekaného neúspěchu a ty mnohdy oslovené demotivovaly. Ve dvou případech v následném rozhovoru však sportovci potvrdili zvýšenou výkonovou motivaci ve vztahu k mediální kritice.

Příčiny neúspěchů



Obr. 4: Důvody neúspěšné činnosti při sportovní kariéře bývalých sportovců

Vrcholovou sportovní činnost ukončili oslovení sportovci z rozličných příčin, pouze v jednom případě to však bylo ze zdravotních důvodů. Velmi často se objevovala odpověď, která upozorňovala na nedobré mezilidské vztahy v průběhu sportovní kariéry, které měly za následek ukončení sportovní kariéry (obr. 5). Předčasně ukončili podle svých slov závodní kariéru pouze 3 sportovci (v době ukončení sportovní kariéry dosáhli 22 – 23 roků). V některých případech se sloučilo více faktorů současně, jednoznačně však převládalo založení rodiny nebo sportovci upřednostnili rodinu před další sportovní kariérou.



Obr. 5: Uváděné důvody ukončení sportovní kariéry u oslovených sportovců

Lze konstatovat, že v současné době již nepůsobí oslovení bývalí sportovci příliš zatrpkle, dříve tomu tak nebylo. Někteří si v rozhovorech postesklí, že v jejich vrcholné sportovní kariéře nebyli dostatečně oceněni finančně a někteří podezřívají bývalé trenéry z podávání povzbuzujících látek (jejich negativní účinnost však nebyla ani v jednom případě prokázána).

Při rozhovoru jsme zjišťovali také skutečnost, jak se vyrovnávali oslovení vrcholoví sportovci s dalším nezájmem veřejnosti a jak se dokázali smířit s normálním životem běžného občana. Pouze v jednom případě (muž krasobruslař) se sportovec projevil negativně, když konstatoval, že očekával popularitu v novém atraktivním zaměstnání. Této se mu však nedostávalo a zpočátku se mu zdál život příliš fádni. Později se však s touto skutečností dokázal vyrovnat.

Z našeho dotazníkového šetření vyplynulo, že současný vrcholový sport je pro mladé sportovce velmi náročný a většinou se mu zcela věnují, nejsou tedy schopni dalšího vzdělávání v občanském životě a tudíž se i hůře uplatňují po ukončení vrcholové sportovní kariéry. Hůře si hledají přátele, v běžné společnosti se cítí nepříjemně, pokud je nikdo sám neoslovuje, nedaří se jim navazovat společenské kontakty a špatně komunikují. Lépe se večíti do společnosti bývalí sportovci z kolektivních sportů, než sportovci, kteří se věnovali individuální sportovní disciplíně. V některých případech uváděli sportovci několik prožitých krizových situací. Psychologická pomoc byla u oslovených sportovců minimální a mnozí se shodli na tom, že jim trvalo několik let, než se dokázali

včlenit do běžného občanského života. Proto se domníváme, že by bylo dobré připravovat vrcholové sportovce v průběhu vrcholné sportovní kariéry na jejich ukončení sportovní činnosti a tím by bylo možné předcházet budoucím nesnázím.

#### Literatura:

Aristoteles (1984). *Člověk a příroda*. Praha: nakl. Svoboda.

Berka, K. (2000). Pojetí pohybu u Aristotela. In: Hogenová, A. *Pohyb a tělo*. Praha: FTVS UK, 17-20.

Blanchard, K. (1995). *The Anthropology of Sport*. Westport: Bergin.

Čechák, V., Linhart, J. (1986). *Sociologie sportu*. Praha: Olympia.

Gracz, J., Sankowski, T. (2001). *Psychologia w rekreacji i turystyce*. Poznaň: AWF.

Hodaň, B. (2000). *Tělesná kultura - sociokulturní fenomén: východiska a vztahy*. Olomouc: UP.

Hogenová, A. (1998). *Hermeneutika sportu*. Praha: Karolinum.

Hogenová, A. (2000). *Pohyb & tělo*. Praha: Karolinum.

Hošek, V. (1989). *Psychologie odolnosti*. Praha: Karolinum.

Choutka, M. (1976). *Teorie a didaktika sportu*. Praha: SPN.

Toht, D. (1998). Etika sportu jako filosofická otázka. In: Hogenová, A. *Hermeneutika sportu*. Praha: FTVS UK, 16 - 19.

Vaněk, M. (1996) *Psychologie tělesné výchovy a sportu*. Praha: Olympia.