

UNIVERZITA KARLOVA

Fakulta tělesné výchovy a sportu

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

2024

Barbora Teplá

UNIVERZITA KARLOVA

Fakulta tělesné výchovy a sportu

**Psychosociální aspekty ovlivňující vztahy v ženských
beachvolejbalových týmech v České republice**

Bakalářská práce

Vedoucí bakalářské práce:

Mgr. Michaela Sedláčková Knoblochová

Vypracovala:

Barbora Teplá

Praha, červen 2024

Čestné prohlášení

Prohlašuji, že jsem tuto bakalářskou práci zpracovala samostatně pod vedením vedoucí práce. Dále prohlašuji, 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

.....

Barbora Teplá

Poděkování

Ráda bych poděkovala mé vedoucí práce paní Mgr. Michaele Sedláčkové Knoblochové za odborné vedení při zpracování této bakalářské práce.

Abstrakt

Název: Psychosociální aspekty ovlivňující vztahy v ženských beachvolejbalových týmech v České republice

Cíle: Hlavním cílem této práce je zjistit, jaké psychosociální aspekty jsou hráčkami vnímány jako nejdůležitější k co nejlepšímu a nejdelšímu působení beachvolejbalového týmu a naopak, jaké aspekty negativně ovlivňují vztah v beachvolejbalovém týmu.

Metody: Pro výzkum byl použit polostrukturovaný rozhovor a osobnostní dotazník Big Five (BFI-10). Této formy šetření se účastnilo pět hráček narozených od roku 1980 do roku 1995, které odehrály alespoň 8-10 celostátních bodovaných turnajů ABV ČVS v jedné sezóně s jednou spoluhráčkou. Sezóna probíhá v období od měsíce dubna do měsíce září. Sběr dat byl realizován v období měsíců únor 2024–červen 2024. Sběr dat byl proveden osobně na bezpečných místech v okolí pracovišť účastnic výzkumu (kavárny apod.). Získaná data byla následně zpracována a analyzována formou tematické analýzy.

Výsledky: Pozitivní aspekty spočívají především v efektivní komunikaci a upřímnosti. Klíčovým faktorem je schopnost otevřeného dialogu a jasně definovaných očekávání a cílů od samého začátku spolupráce. Dále hrají roli osobní vztahy, neboť pro některé hráčky je důležité udržovat dobré vztahy i mimo hřiště, což podporuje celkovou pohodu a soudržnost týmu. V neposlední řadě je klíčovým faktorem společný cíl: hráčky, které sdílí stejný herní a soutěžní cíl, mají větší šanci na dlouhodobé partnerství. Negativními aspekty, které mohou vést k rozpadu týmu, jsou nedostatečná komunikace a nedostatek upřímnosti. Dalším problematickým faktorem je rozdílné vnímání cílů a hodnot mezi hráčkami.

Klíčová slova: Teorie sebeurčení, rozpad týmu, partnerství, soudržnost, nastavení mysli, týmová koheze.

Abstract

Title: Psychosocial aspects influencing relationships in women's beach volleyball teams in the Czech Republic

Objectives: The main aim of this work is to find out what psychosocial aspects are perceived by female players as the most important for the best and longest tenure in a beach volleyball team and what aspects negatively affect the relationship in a beach volleyball team.

Methods: The method used for the research was a semi-structured interview and Big Five Personality Questionnaire (BFI-10). Five female players born from 1980 to 1995, who played at least 8-10 national scoring ABV ČV tournaments in one season with one such. The season runs from April to September. Data collection was carried out in the period February 2024–June 2024. The form of data collection was carried out in person at safe places in the vicinity of the research participants' workplaces (cafes, etc.). The data collected was subsequently processed and analyzed in the form of thematic analysis.

Results: The positive aspects lie mainly in effective communication and honesty. A key factor is the ability to have an open dialogue and clearly defined expectations and goals from the very beginning of the cooperation. Furthermore, personal relationships play a role, as for some players it is important to maintain good relationships off the field, which promotes the overall well-being and cohesion of the team. Last but not least, a common goal is a key factor: players who share the same playing and competitive goal are more likely to have a long-term partnership. Negative aspects that can lead to team breakdown are lack of communication and lack of honesty. Another problematic factor is the different perception of goals and values among female players.

Keywords: Self determination theory, team breakdown, partnership, team cohesion, mind set.

OBSAH

1 Úvod.....	10
2 Teoretická část	12
2.1 Psychosociální aspekty beachvolejbalu	12
2.1.1 Beachvolejbalové prostředí v ČR	12
2.2 Popis generací	15
2.3 Motivace jedince ve sportovním prostředí.....	16
2.3.1 Teorie sebeurčení	16
2.3.2 Motivace na výkon.....	18
2.4 Nastavení mysli.....	20
2.4.1 Jedinec s fixním nastavením mysli	21
2.4.2 Jedinec s růstovým nastavením mysli.....	21
2.5 Osobnost	22
2.5.1 Vliv osobnosti na výkon ve sportu	23
2.6 Psychosociální aspekty v beachvolejbalovém týmu.....	24
2.6.1 Komunikace v týmu.....	25
2.6.2 Důvěra a soudržnost týmu	25
2.6.3 Vliv trenéra na vztahy v týmu.....	26
2.6.4 Model 5C's Model of Successful Partnerships.....	26
3 Praktická část	29
3.1 Cíle, výzkumné otázky a úkoly práce	29
3.1.1 Cíle práce	29
3.1.2 Výzkumné otázky	29
3.1.3 Úkoly práce.....	29
3.1.4 Hypotézy	30
3.2 Metodika práce	30
3.2.1 Popis výzkumného souboru	31
3.2.2 Použité metody	31
3.2.3 Sběr dat	32
3.2.4 Analýza dat	33
4 Výsledky	34
4.1 Pozitivní aspekty.....	34
4.2 Negativní aspekty	36
4.3 Motivace	38
4.4 Osobnostní rysy	39

5 Diskuse.....	43
6 Závěr	47
Seznam literatury	49

SEZNAM POUŽITÝCH ZKRATEK

ABV ČSV – Asociace beachvolejbalu Českého volejbalového svazu

ČVS – Český volejbalový svaz

DKA – Divoká karta

SDT – Teorie sebeurčení (Self-determination theory)

1 ÚVOD

Vztahy mezi hráčkami v beachvolejbalových týmech představují klíčový faktor pro dosažení úspěchu jak na národní, tak na mezinárodní úrovni. Psychosociální aspekty, jako jsou komunikace, důvěra, vzájemné porozumění a řešení konfliktů, hrají zásadní roli v týmové dynamice a mohou významně ovlivnit sportovní výkon. Toto tvrzení platí nejen pro ženské týmy, ale pro všechny kolektivní sporty, včetně mužských týmů. V beachvolejbale, kde jsou na hřišti pouze dva hráči bez možnosti střídání, je však extrémní týmová spolupráce a kvalita vztahu mezi spoluhráči obzvláště důležitá. Kvalita vztahů mezi hráči může ovlivnit jak individuální sportovní výkon každého hráče, tak celkový výkon týmu. Bývalé české beachvolejbalové duo Kristýna Kolocová a Markéta Sluková, známé jako Kiki a Maki, ilustruje, jak osobní a profesionální vztahy mohou ovlivnit kariéru a výkon týmu. Podobné příklady nalezneme i na světové scéně, kde úspěšné dvojice, jako Juliana Silva a Larissa França nebo April Ross a Jennifer Kessy, prošly obdobnými výzvami.

Cílem této bakalářské práce s názvem „Psychosociální aspekty ovlivňující vztahy v ženských beachvolejbalových týmech v České republice“ je prozkoumat a analyzovat psychosociální aspekty, které jsou hráčkami vnímány jako nejdůležitější pro co nejlepší a nejdelší působení beachvolejbalového týmu. Zároveň se práce zaměří na identifikaci aspektů, které negativně ovlivňují vztahy v beachvolejbalových týmech. Výběr tohoto tématu byl motivován osobní zkušeností, kdy se po sedmi letech společného hraní s mou spoluhráčkou náš tým rozpadl. Chtěla jsem zjistit, jaké aspekty nás držely pohromadě a jaké negativní faktory přispěly k našemu rozpadu.

V následujících kapitolách se tato práce zabývá teoretickým přehledem potřebným k pochopení a uvedení do zkoumané problematiky. V úvodu teoretické části jsou rozebrána specifika beachvolejbalu a blíže popsáno beachvolejbalové prostředí v České republice. Další část teorie tvoří téma motivace, které je rozděleno na jednotlivé vybrané motivační teorie. V závěru teoretické části se čtenář může seznámit s pojmem dvojího nastavení mysli, popisem dimenzí osobnosti a také vlivem osobnosti na výkon ve sportu. Teoretickou část uzavírá kapitola „Psychosociální aspekty v beachvolejbalovém týmu“, která se zabývá vztahy a důvěrou mezi členy týmu. Konkrétněji v subkapitolách rozebírá důležitost komunikace a roli trenéra.

V praktické části práce je realizován samotný výzkum. Výzkum má kvalitativní podobu a je založen na tematické analýze polostrukturovaných rozhovorů s hráčkami beachvolejbalu. Ve výzkumné části představujeme výsledky analýzy dat a snažíme se přiblížit, jaké psychosociální aspekty jsou hráčkami vnímány jako nejdůležitější pro co nejlepší a nejdelší působení beachvolejbalového týmu a také na identifikaci aspektů, které negativně ovlivňují vztahy v beachvolejbalových týmech a jakým způsobem lze podporovat jejich dlouhodobé angažmá ve sportu.

Na závěr této práce se zaměřujeme na doporučení, která mohou přispět k udržení a posílení vztahů v ženských beachvolejbalových týmech. Klíčovým faktorem je systematická podpora psychosociálních aspektů ve sportovním prostředí, zejména komunikace, důvěra a řízení konfliktů. Významnou úlohu v tomto procesu zastává trenér, který funguje jako prostředník a podporuje týmovou soudržnost. Cílem je přispět k lepšímu porozumění a podpoře dlouhodobého úspěchu týmů v tomto sportovním odvětví.

2 TEORETICKÁ ČÁST

2.1 Psychosociální aspekty beachvolejbalu

Celkově lze beachvolejbal považovat za kombinaci týmového a individuálního sportu, kde individuální dovednosti a schopnosti jednotlivců hrají významnou roli ve výsledku týmu. Každý jedinec v týmu nese velkou zodpovědnost za své vlastní akce na hřišti. Oba z týmu servírují, brání, přijímají, blokují a útočí. To vyžaduje individuální dovednosti, fyzickou kondici a schopnost rychle reagovat. Hráčky potřebují mít dobrou komunikaci a spolupráci, protože nelze hráče během utkání vystřídat. Toto pravidlo vyžaduje od hráčů vysokou fyzickou a psychickou odolnost, zejména pokud se týmu nedaří a je potřeba se vypořádat s nepříznivými situacemi bez možnosti odpočinku. Podání není omezeno žádným pravidlem o podávání „křížem“ jako v tenisové čtyřhře. To znamená, že během celého zápasu nebo turnaje mohou soupeři zacílit na jednoho hráče z týmu, což vyžaduje strategické přizpůsobení a vysokou odolnost obou hráčů. Navíc se beachvolejbal hraje převážně turnajově, což zahrnuje mnoho zápasů za den. Hráči často musí zvládnout několik zápasů během jednoho dne, což je náročné na fyzickou kondici a regeneraci. Kvalifikace na světové turnaje mohou probíhat systémem jednoho vyřazovacího zápasu (1KO), což představuje obrovský tlak na hráče. Zároveň v beachvolejbalovém utkání nesmí být přítomný žádný trenér v blízkosti kurtu, a proto nikdo v průběhu utkání nesmí koučovat hráče. To znamená, že se hráči musí spoléhat jeden na druhého. Často se stává, že trenér ani necestuje na samotný turnaj, protože může mít více dvojic na různých turnajích nebo kategoriích. Někteří trenéři jsou zároveň aktivními hráči a účastní se vlastních turnajů, což je další specifikum tohoto sportu (Ryan a kol. 2024).

Ačkoliv o beachvolejbalu hovoříme jako o týmovém sportu, každý hráč do celkového žebříčku sbírá body individuálně sám za sebe. Je možné hrát turnaje s různými spoluhráči, a to i z taktického hlediska, aby se tým na turnaj dostal z důvodu dostatku bodů. Z výše uvedených aspektů se proto může beachvolejbal považovat za "pseudoindividuální" sport (ČVS, 2023).

2.1.1 Beachvolejbalové prostředí v ČR

Za rozvoj tohoto sportu v tehdejší Československu na konci 80. let minulého století můžeme vděčit panu Zdeňku Václavíkovi a dalším nadšeným funkcionářům, kteří

vybudovali v Brně svépomocí dvě písková hřiště. Jako první v republice uspořádali v roce 1987 dva celostátní turnaje dvojic (Kaplan a Džavoronok 2001).

Zmenšení beachvolejbalového hřiště se uskutečnilo v roce 2001. Před touto změnou mělo hřiště rozměry 9 x 9 metrů na každé straně sítě. Po změně se rozměry hřiště zmenšily na 8 x 8 metrů na každé straně. Do roku 2001 se také hrálo na ztráty, což znamenalo, že bod mohl získat pouze tým, který podával. Tento systém však byl změněn na rally-point scoring, kde bod získává každý tým po každé rozehrě, bez ohledu na to, kdo podává. Menší hřiště vedlo k rychlejším a dynamičtějším zápasům, což zvyšovalo atraktivitu pro diváky. Hráči museli reagovat rychleji a pohybovat se efektivněji, což zvyšovalo obtížnost hry a vyžadovalo větší přesnost a strategii. Změna bodování na rally-point scoring přispěla k plynulejším a napínavějším zápasům a zvyšovala tlak na hráče, protože každá chyba mohla znamenat bod pro soupeře (FIVB, 2024).

Beachvolejbal měl v České republice úspěšné reprezentanty i reprezentantky, což potvrzují například dvě první místa z Mistrovství Evropy v roce 1996, o které se zasloužily páry Celbová, Dosoudilová a Pakosta, Palinek. Skutečný rozkvět beachvolejbalového prostředí však nastal hlavně po úspěších českých reprezentantek Kristýny Kolocové a Markéty Slukové, známých jako Kiki a Maki, které obsadily 5. místo na Olympijských hrách v Londýně v roce 2012. V této době zažívá český beachvolejbal zlatou éru (Černá, 2014).

Rozvoji beachvolejbalu v České republice také prospívají soukromé společnosti a podnikatelé, kteří provozují beachvolejbalové arény. Tyto arény umožňují hraní nejen v letní sezóně, ale i v zimě, což přispívá k popularizaci sportu mezi amatéry, kterých je v současné době stále vzrůstající počet. Pro amatérské dvojice se pořádají různé amatérské turnaje. Tím se beachvolejbal dostává více do povědomí širší veřejnosti a stává se celoroční aktivitou (Černá, 2014).

Práce je zaměřena převážně na **výkonnostní a sportovní prostředí**, proto je níže popsáno, jak toto prostředí funguje v beachvolejbalu v České republice:

Týmy jsou po přihlášení do celostátních turnajů beachvolejbalu v rámci startovní listiny tříděny do částí turnaje – hlavní soutěž, kvalifikace, náhradní týmy. Po rozdělení do části turnaje jsou posléze týmy v rámci hlavní soutěže i kvalifikace seřazeny sestupně podle počtu vstupních bodů jednotlivých týmů. V případě rovnosti vstupních bodů je na vyšší pozici nasazen tým, který se do turnaje přihlásí dříve. Je možné udělení divoké karty

týmu (dále jen DKA) pořadatelem, kdy se tým i s nedostatkem bodů dostane do hlavní soutěže, či kvalifikace.

Beachvolejbalové turnaje Asociace beachvolejbalu Českého volejbalového svazu (dále jen ABV) dospělých zahrnují následující druhy herních systémů (modelů) hlavních soutěží (ČVS, 2023):

Model „H16-2KO“: Hlavní soutěž pro 16 týmů se hraje vyřazovacím systémem na dvě porážky. Účast: minimálně 15 nejlepších týmů dle vstupních bodů na turnaj ABV dospělých, max. 1x DKA.

Model „H24-2KO“: Hlavní soutěž se hraje pro 24 týmů vyřazovacím systémem na dvě porážky. Účast: minimálně 16 nejlepších týmů dle vstupních bodů na turnaj ABV dospělých, max. 2x DKA a 6 týmů z kvalifikace.

Kvalifikace: model „Q16-KO“: pro maximálně 16 týmů vyřazovacím systémem o 6 postupových míst.

Model „H16d-modskup“: Skupiny se hrají tzv. modifikovaným způsobem, kde se nejprve proti sobě utkají nejvýše nasazený s nejhůře nasazeným týmem a také druhý s třetím nejvýše nasazeným týmem. Následně se vítězné týmy z těchto utkání střetnou o 1. místo ve skupině a poražené týmy o 3. místo ve skupině. Z každé skupiny postupují do vyřazovací části (playoff) tři nejlepší týmy. Týmy z 1. míst jsou nasazeny přímo do čtvrtfinále, týmy z 2. a 3. míst hrají předkolo. Playoff se hraje vyřazovacím systémem na jednu porážku zakončeným utkáním o třetí místo a finálovým utkáním. Účast: minimálně 10 nejlepších týmů dle vstupních bodů na turnaj ABV dospělých, max. 2x DKA a 4 týmy z kvalifikace.

Kvalifikace: model „Q16-1KO“: pro maximálně 16 dvojic vyřazovacím systémem na jednu porážku o 4 postupová místa.

Tým v kvalifikaci nemá prostor pro prohru; každá porážka může znamenat konec cesty do hlavní soutěže. To vyžaduje od týmu vysokou míru psychické odolnosti a schopnost se vyrovnat s tlakem. Na druhou stranu tým v hlavní soutěži může prohrát jedno utkání a stále mít šanci na celkové vítězství. Tento fakt klade důraz na konzistentní výkony a schopnost se zotavit i po neúspěších. Nicméně, na konci turnaje může být vítězný pouze jeden tým, což zdůrazňuje konkurenční povahu sportu a nutnost mít nejen fyzickou, ale i psychickou připravenost na všechny výzvy, které turnaj přináší (Džavoronok a Kaplan, 2000).

2.2 Popis generací

V dnešní době je důležité porozumět vlivu různých generací na sportovní aktivity, protože generační rozdíly mohou hrát klíčovou roli ve formování sportovních preferencí, zájmů a postojů k fyzické aktivitě. Díaz (2017) definuje generaci jako skupinu lidí, kteří žijí ve společné době, ve které sdílejí chování a zvyky, které je identifikují a díky nimž se cítí blízcí v různých aspektech svého života.

Generační typologie je popsána v různých zdrojích. Lze identifikovat pět obecných trendů, které charakterizují různé generace: (1) Tradicionalisté, narození v letech 1928 až 1944, kteří ctí autoritu a hierarchický přístup k řízení; (2) Generace baby boomu, narozená mezi 1945 a 1965, kteří jsou známí svým workoholismem; (3) Generace X, narozená v letech 1965 až 1979, která klade důraz na rovnováhu mezi pracovním a soukromým životem a respektuje autoritu; (4) Generace Y, narozená v letech 1980 až 1995, která vyrůstala v době blahobytu a je silně propojená s technologiemi; (5) Generace Z, narozená po roce 1995, která je charakterizována jako digitální domorodci s rychlým rozhodováním a vysokou digitální gramotností (Cilliers a Elizelle, 2017).

Tato kapitola se zaměřuje na chování a popis generace Y a jejich vliv na účast ve sportu, konkrétně v beachvolejbalu. Jedinci narození mezi lety 1980–1994 jsou předmětem naší práce a rádi bychom tuto generaci prozkoumali podrobněji, abychom mohli lépe porozumět jejich chování a jednání v oblasti sportu. Vědci Wu a Konrad (2024) tvrdí, že věková diverzita může přispívat k žádoucím organizačním výsledkům díky komplementárním znalostem, dovednostem a schopnostem mezi členy týmu.

Bergová (2020) popisuje skupinu jedinců narozených mezi lety 1981–1999 jako osoby, které zažily éru změn (v našem případě pád železné opony), třetí průmyslové revoluce, rozvoj internetu a nástup virtuálního světa. Tito lidé vykazují vysokou flexibilitu a nebojí se změn. Jejich výchova probíhala bez přísných pravidel a autoritářství.

Děti dostávaly velmi často zpětnou vazbu typu: „*Jsi to nejchytřejší dítě v ročníku.*“ (Berg 2020, s.15). Rodiče také věřili, že jejich dítě je výjimečné, nezávisle na jeho skutečných výsledcích. Tito jedinci nikdy neobdrželi konstruktivní zpětnou vazbu, která by jim ukázala jejich skutečné silné stránky. To je činí velmi nejistými – mají podle rodičů být skvělí, ale sami nevědí, v čem konkrétně (Berg, 2020).

Ovlivnění jsou tím, že jsou první generací, která, bez ohledu na svůj původ v Evropě nebo Asii, sdílí společné zájmy, módu a hudební vkus. Většina z nich žije buď s rodiči nebo s přáteli v pronajatém bytě, vyhýbají se závazkům a považují peníze za prostředek, ne za konečný cíl. Jsou ochotni se zadlužovat, aby si užívali přítomný okamžik. Jejich formování probíhalo v době, kdy byly běžné televize, stolní počítače, mobilní telefony, počítačové hry, CD přehrávače a DVD přehrávače (Berg, 2020).

2.3 Motivace jedince ve sportovním prostředí

Motivace hraje klíčovou roli při dosahování sportovních cílů, jelikož poskytuje sportovcům potřebnou energii a odhodlání k překonávání překážek. V rámci beachvolejbalu je motivace často formována jak vnitřními faktory, jako je touha po osobním zlepšení a úspěchu, tak vnějšími faktory, jako jsou podpora týmu a trenéra. Jedná se o obecný termín pro všechny faktory ovlivňující jednání jedince. Motivaci lze definovat jako vnitřní stav jednotlivce, který je aktivován a poháněn motivací. Jsou to všechny vnitřní síly, jako jsou přání, úsilí, touha atd., které pohání jedince k dosažení určeného cíle (Donnelly, Gibson a Ivancevich, 1997).

Motivace se rovněž chápe jako proces, v rámci kterého dochází k usměrňování, udržování a posilování chování. V praxi je téměř neobvyklé, aby nás motivovalo pouze jedno určité pohnutí (Nakonečný, 1997).

2.3.1 Teorie sebeurčení

Abychom lépe pochopili, jak tyto různé faktory působí na motivaci sportovců, je užitečné se blíže podívat na teorii sebeurčení, která nabízí komplexní pohled na vnitřní a vnější aspekty motivace. Tato teorie se zaměřuje na rozlišení mezi tzv. autonomní a řízenou (kontrolovanou) motivací, dále na vnitřní motivaci jednotlivců a klade důraz na tři základní lidské potřeby: potřebu autonomie, potřebu kompetence a potřebu sounáležitosti. Teorii sebeurčení (Self-determination theory; dále jen SDT) zformuloval Ryan a Deci (Gagné a Deci, 2005).

Autonomie zahrnuje jednání s pocitem vůle a možnosti volby. Slovy filosofů, jako je Dworkin (1988), autonomie znamená schvalování vlastního jednání na nejvyšší úrovni reflexe. Jedná se o druh intrinstické motivace, tj. když se jedinec zapojí do činnosti, protože ji považuje za zajímavou a dělá činnost zcela dobrovolně (např. pracuje, protože ho to baví). Naproti tomu jsou činnosti, při kterých je jedinec řízen, jedná pod tlakem

s pocitem nutnosti či povinnosti činnost uskutečnit. Bylo zjištěno, že používání vnějších odměn vedlo k tomu, že byla vyvolána řízená motivace (Deci, 1971). Autonomní i řízená motivace společně stojí v protikladu k „amotivaci“, která zahrnuje nedostatek motivace. V tomto případě jedinec postrádá jakoukoliv motivaci pro uskutečnění činnosti (Gagné a Deci, 2005).

Činnosti, které nejsou vnitřně motivující a vyžadují vnější (extrinšickou) motivaci, tzn. že jedinci záleží na vnější osobě nabízející odměnu či vzbuzující strach z trestu, jsou dle SDT označovány jako jednání externě regulované. Externí regulace je typem vnější motivace, která je stavěna do kontrastu s motivací autonomní. Další typy vnější motivace vznikají tehdy, když regulace chování a hodnoty spojené s ní byly internalizovány (tj. přijaty za vlastní). Podle SDT je internalizace zastřešujícím pojmem, který se vztahuje ke třem různým procesům, dle jejich intenzity (Gagné a Deci, 2005).

Introjekce (středně řízená motivace) - jednání, které bylo jedincem splněno, ale nebylo přijato za vlastní. Je podmíněné sebehodnocením, které nutí jedince chovat se tak, aby se cítil hoden, a zapojení ego, které nutí jedince chovat se tak, aby podpořil své křehké ego (Gagné a Deci, 2005).

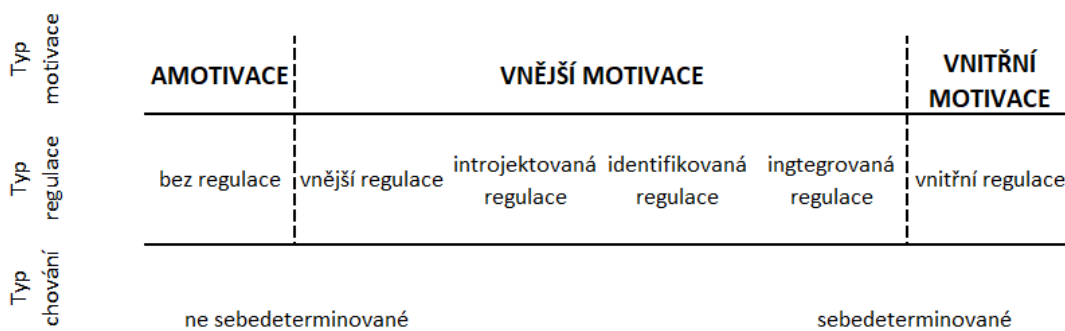
Identifikace (středně autonomní motivace) – regulační proces uvnitř člověka, který se stává postupně součástí jeho vlastního „já“, požadovanou aktivitu dělá ochotněji. Jedinec se ztotožňuje s hodnotami žádoucího chování a sám akceptuje regulaci (Gagné a Deci, 2005).

Integrace (autonomní motivace) – jedinec se ztotožnil s hodnotou chování pro své vlastní cíle, které si sám zvolil. Stále se ale liší od intrinšické motivace tím, že jedinec pociťuje větší svobodu a dobrovolnost, protože chování je v souladu s jeho osobními cíli a identitou (self-determined) (Gagné a Deci, 2005).

SDT rozlišuje 3 základní potřeby ovlivňující sílu a typ motivace chování (Deci a Ryan, 2000):

- **Autonomie** – jedinec může sám podle sebe iniciovat a regulovat činnost,
- **Kompetence** – jedinec může dosáhnout určitých cílů na základě vlastní účinnosti, má pocit zdatnosti a úspěšnosti,
- **Sounáležitost** – potřeba příslušnosti, bezpečí, jistoty a uspokojení z mezilidských vztahů.

Autoři (Mallet a kol., 2007; Mudrak a kol., 2018; Ryan a Deci, 2000; Vallerand a Losier, 1999) naznačují, že motivace založená na zájmu a potěšení (vnitřní motivace) a identitě (integrovaná regulace) nebo zaměřená na seberozvoj (identifikovaná regulace) je pozitivně spojena s řadou pozitivních důsledků u sportovců, včetně úsilí; angažovanosti; a nižšího výskytu stresu, syndromu vyhoření, rizikového chování nebo předčasného ukončení kariéry. Opačné vztahy byly zjištěny na opačném konci tohoto sebeurčujícího kontinua, kdy se sportovci věnují sportovní činnosti, aby si udrželi pocit vlastní hodnoty (introjektovaná regulace), splnili očekávání druhých lidí a získali vnější pobídky (vnější regulace), nebo vnímali nedostatek kontroly nad činností (amotivace) (Knoblochová a kol., 2021).



Obrázek 1: Sebedeterminační kontinuum (upraveno dle Ryan a Deci, 2000)

2.3.2 Motivace na výkon

Tato subkapitola se zaměřuje na roli orientace na dosažení cíle a orientace na ego ve sportovním prostředí. Tyto koncepty poskytují důležitý rámec pro porozumění motivaci sportovců a jejich interakcím se sportovním prostředím.

Autoři Knoblochová a kol. (2021) a Tomczak a kol. (2020a, 2020b) zjistili, že orientace na úkoly významně souvisí s více sebedeterminovanými dimenzemi sportovní motivace a nižší amotivací, zatímco orientace na ego souvisela s méně sebedeterminovanými dimenzemi sportovní motivace. Orientace na úkol pozitivně souvisí s vyšší vnitřní motivací, zatímco orientace na ego pozitivně souvisí s vnějšími regulacemi a soutěžním výkonem. Jinými slovy, sportovci více zaměřeni na seberozvoj (tj. sportovci, orientovaní na úkol) se účastnili sportu, protože je bavil a sportovci, kteří byli víc zaměřeni na srovnání s ostatními (tj. sportovci orientovaní na ego) se více účastnili sportu, aby naplnili společenská očekávání a dosáhli lepších výsledků.

Vyšší orientace na úkol může snížit pravděpodobnost, že by se sportovci vnímali za neschopné, protože se porovnávají se standardy úspěchu, které si sami stanovují, a ne standardy stanovené ostatními sportovci, z nichž by někteří nevyhnutelně podávali výkony na vyšší úrovni. Sportovci orientovaní na úkoly zažívají méně sociálních omezení na jejich autonomii, protože se necítí posuzováni a zavázání k plnění výkonnostních standardů jinými lidmi. Sportovci orientovaní na úkoly mohou prožívat lepší vztahy, protože sami sebe nevnímají jako soupeře a s ostatními nesoutěží o omezené zdroje určené dosažením vítězství (Duda a kol., 1995; Ntoumanis, 2001; Standage a kol., 2003).

Jedinci orientovaní na ego se více vnímají v konkurenci s ostatními a mohou také zažívat horší vztahy, vyšší omezení jejich autonomie a horší možnosti učení. Důvodem může být to, že jejich účast a výsledky činnosti závisí na chování a výsledcích ostatních lidí, a zpětná vazba získaná při výhře/prohře může být méně příznivá pro další učení (Knoblochová a kol., 2021).

Duda (2013) uvádí argumenty pro integraci teorie orientace na dosažení cíle a teorie sebeurčení ve sportovním kontextu, když naznačuje, že pozitivní posilující motivační klima „*posiluje zaměření na úkol, podporuje autonomii a poskytuje sociální podporu*“ (Duda, 2013, s. 314), zatímco oslabující motivační klima podporuje hodnoty a postupy, které jsou „*kontrolující a zaměřené na ego*“ (Duda 2013, s. 314). Jiné studie naznačují hierarchický vztah mezi orientací na dosažení cíle a sportovní motivací (Duda a kol., 1995; Ntoumanis, 2001; Mudrak a kol., 2018; Ryane a Deci, 2000; Standage a kol., 2003; Teixeira a kol., 2020; Tomczak a kol., 2020a, 2020b). Orientace na úkol a orientace na ego tak představují různé interpretační rámce které ovlivňují způsoby, jakými sportovci vnímají jejich autonomii, kompetence, vztah k ostatním a ovlivňují do jaké míry je chování sportovců vnímáno v souladu s jejich osobními cíli a identitou (self-determined) (Duda a kol., 1995; Ntoumanis, 2001; Standage a kol., 2003).

Obě orientace na dosažení cíle mohou ovlivnit sportovní výsledky prostřednictvím různých cest. Účinky orientace na ego mohou být obzvláště různorodé a závislé na individuálních a sociálních kontextech sportovců. Trenéři by měli tato zjištění brát v úvahu při vytváření pozitivního motivačního klimatu, které podporuje optimální rozvoj plného sportovního potenciálu u závodních sportovců (Knoblochová a kol., 2021).

2.4 Nastavení mysli

Lidé se od sebe už odedávna lišili způsobem myšlení, jednání a také se každému jinak dařilo. Proto se Carol S. Dwecková, Ph.D., autorka knihy *Nastavení mysli* s podtitulem *Nová psychologie úspěchu aneb naučte se využít svůj potenciál*, zabývá problematikou dvojího nastavení mysli, konkrétně nastavení fixního a růstového (Dwecková, 2017).

Richard Dawkins, který v knize "Sobecký gen" popisuje geny jako klíčové aktéry určující chování organismů se domnívá, že lidské vlastnosti mají pevný fyzický základ v genech a jsou tak považovány za stabilní a neměnné. Nicméně existuje skupina expertů, kteří zdůrazňují individuální rozdíly v původu, zkušenostech, vzdělání a učebních metodách a tyto vyjmenované aspekty považují za klíčové faktory ovlivňující lidské vlastnosti. Tento názor také zastával francouzský psycholog Alfred Binet, známý svým IQ testem. V jeho významné knize *Modern Ideas About Children* (Moderní představy o dětech) shrnuje svou práci s dětmi, které měly problémy s učením. Dwecková (2017, s.13) jej ve své knize cituje následovně:

„Několik moderních filozofů (...) tvrdí, že inteligence jednotlivce je daná a nelze ji zvýšit. Proti tomuto brutálnímu pesimismu musíme protestovat a reagovat na něj. (...) Praxí, vzděláním, a především metodičností můžeme zlepšit svou pozornost, paměť i úsudek, a stát se tak inteligentnějšími, než jsme byli předtím.“

Z toho vyplývá, že i když lidé mohou mít určitou genetickou predispozici, nakonec jsou klíčovými faktory formujícími povahu a schopnosti člověka zkušenosti, vzdělání a osobní úsilí. Americký psycholog Robert Sternberg, považovaný za současného „guru“ v oblasti inteligence podle Dweckové, zdůrazňuje, že hlavními determinanty dosažení odbornosti „není nějaká předem daná schopnost, ale cílevědomá aktivita“.

„Neboli, jak zjistil už jeho předchůdce Binet, nakonec nebývají nejchytřejší ti, kdo byli nejchytřejší na začátku.“ (Dwecková, 2017, s. 14).

Závěry psychologických studií, jak je prezentovala Dwecková (2017), podporují myšlenku, že schopnost růstu a rozvoje je přístupná každému, kdo je ochoten investovat do aktivity a učení se z vlastních zkušeností. Tento rámec je klíčový nejen pro individuální sportovce, ale i pro trenéry a mentální trenéry, kteří hrají důležitou roli ve

formování a podpoře sportovního mindsetu, který klade důraz na učení se, růst a trvalý rozvoj.

2.4.1 Jedinec s fixním nastavením mysli

Fixní nastavení mysli způsobí, že dotyčný člověk není schopen akceptovat žádné chyby. Když jednotlivci vnímají své schopnosti jako fixní (neměnné), pak může mít větší důležitost ověření jejich schopností prostřednictvím dosahování výkonnostních cílů nebo vyhýbáním se náročným výzvám. V tomto případě může vysoké úsilí snáze působit jako indikace nižších schopností, a neúspěchy mohou být snadněji připisovány vnímaným nižším schopnostem (Dweck a Yeager, 2019).

Jedinec s fixním myšlením věří, že jeho schopnosti jsou fixní a nelze je časem změnit, proto může být více náchylný k vyhýbání se situacím, ve kterých by mohl čelit neúspěchu, protože neúspěch by vnímal jako potvrzení svých předpokládaných omezení. Tento přístup může ovlivňovat jeho schopnost přijímat nové výzvy a učit se z nových zkušeností, protože může mít obavy z toho, že neuspěje a potvrdí tak svá fixní přesvědčení o vlastních schopnostech (Kwan, Hung a Lam, 2022).

2.4.2 Jedinec s růstovým nastavením mysli

Růstové nastavení mysli spočívá ve víře, že lidé dokážou rozvíjet své schopnosti (Dwecková, 2017). V případě, kdy lidé vnímají schopnosti jako aspekt, který lze zdokonalovat, se rozvíjení této dovednosti, zejména přijímání náročných učebních cílů, stává klíčovým. V tomto přístupu je úsilí chápáno jako prostředek k tomuto procesu a neúspěchy jsou vnímány spíše jako poučení o učícím se procesu. V takovém případě může být zachována vytrvalost (Dweck a Yeager, 2019).

Dwecková popsala ve své knize přístup růstového nastavení mysli jako:

„Každý den se musíte snažit, abyste byli o něco lepší. Budete-li se po určitou dobu každý den snažit, abyste byli o něco lepší, nakonec lepší budete.“ (Dwecková, 2017, s. 227).

Jedinec s růstovým nastavením mysli bere výzvy a neúspěchy jako příležitost k růstu, a ne jako nezvratné indikátory jeho schopností. Konkrétně lidé s růstovým myšlením věří, že jejich schopnosti jsou tvárné a mohou se časem a úsilím měnit. Vyhýbá se pevným přesvědčením o svých omezeních a místo toho se zaměřuje na proces učení

a zlepšování. Takový jedinec je obvykle motivován k aktivnímu hledání nových dovedností, hledání způsobů, jak se zdokonalit, a je otevřený novým výzvám (Kwan, Hung, a Lam, 2022).

2.5 Osobnost

Zásadním faktorem, který odlišuje jednoho člověka od druhého, je jeho jedinečná osobnost (Karageorghis a kol., 2021). Osobnost je snadno pozorovatelná, ale těžko určitelná. Je to dynamická organizace psychologických a fyzických systémů v osobě, které jsou základem vzorců jednání, myšlenek a pocitů této osoby (Carver a Connor-Smith, 2010).

I když se osobnostní rozdíly mezi jednotlivci mohou zdát nepatrné, jejich důsledky mohou být hluboké. Osobnost se týká konzistentních vzorců chování a vnitřních procesů vyplývajících z jednotlivce (Shuai a kol., 2023).

Osobnost se také týká individuálních rozdílů. Jednotlivé rozdíly lze nalézt na jakékoliv představitelné dimenzi, ale tzv. pětifaktorový model (dále jen velká pětka) (Digman 1990, a McCrae a Costa, 2003) byl široce přijat jako konsensuální rámec. Těchto pět faktorů je nejčastěji označováno jako extraverze, neuroticismus, přívětivost, svědomitost a otevřenost vůči zkušenostem. Z tohoto pohledu jsou tyto široké dimenze klíčovými determinanty chování a agregace informací vyplývajících z umístění osoby v těchto dimenzích. Model poskytuje poměrně dobrý obraz o tom, jaká tato osoba je (Carver a Connor-Smith, 2010).

Velká pětka nabízí neocenitelný vhled do osobnostních rozdílů a zdůrazňuje důležitost individualizovaných tréninkových přístupů ve sportu (Rhodes a Smith 2006).

Dimenze neuroticismu odlišuje ty, kteří mají emoční stabilitu (klidnou, kontrolovanou a vyrovnanou), od těch, kteří jsou emocionálně nestabilní (úzkostní, nepřátelští a podráždění) (Allen, Greenlees a Jones 2011). Je založena na vyhýbavém temperamentu, odráží tendence prožívat strach, smutek a úzkost (Carver a Connor-Smith 2010).

Dimenze extraverze rozlišuje mezi těmi, kteří jsou introvertní (nespolečenšší, tiší a pasivní) a těmi, kteří jsou extravertní (společenšší a společensky aktivní) (Allen, Greenlees a Jones 2011). Je založená na přístupovém temperamentu, zahrnuje citlivost na

odměnu, pozitivní emoce, společenskost, asertivitu a vysokou energii (Carver a Connor-Smith 2010).

Dimenze otevřenosti rozlišuje mezi těmi, kteří jsou otevřeni novým zkušenostem (zvědaví, kreativní a nápadití), a těmi, kteří mají rádi známé (konvenční, nekreativní a bez fantazie) (Allen, Greenlees a Jones, 2011).

Dimenze přívětivosti rozlišuje mezi těmi, kteří jsou soucitní (dobromyslní, nesobečtí a odpouštějící) a těmi, kteří mají sklon k antagonii (cyničtí, hrubí a nespolupracující) (Allen, Greenlees a Jones, 2011). Zahrnuje vysokou míru důvěry a zájmu o druhé (Carver a Connor-Smith, 2010).

Dimenze svědomitosti odlišuje ty, kteří jsou svědomití (organizovaní, dochvilní a pracovití) od těch, kteří jsou nevýrazní (nespolehliví, líní a nedbalí) (Allen, Greenlees a Jones 2011). Vyznačující se disciplínou, organizovaností vytrvalostí, sebekázní a orientací na úspěch (Carver a Connor-Smith 2010).

2.5.1 Vliv osobnosti na výkon ve sportu

Složitá souhra mezi osobností a sportem přitahuje pozornost výzkumníků, trenérů a sportovců po celá desetiletí. Ústředním bodem tohoto diskursu jsou dvě protichůdné perspektivy: skeptický pohled, který tvrdí, že osobnost má minimální vliv na sportovní schopnosti, a důvěřivý pohled, který tvrdí, že osobnostní rysy mají podstatný vliv na sportovní výkon (Shuai a kol., 2023). Komplexní metaanalýza od (Sutin a kol., 2016) je toho důkazem a nabízí přesvědčivé podklady týkající se souvislosti mezi osobností a vzorci fyzické aktivity. Metaanalýza odhalila, že jedinci s vyšší úrovní neuroticismu měli sklon k nečinnosti k pohybové aktivitě, zatímco ti, kteří měli zvýšenou úroveň extraverte, otevřenosti a svědomitosti, vykazovali vysokou pohybovou aktivitu. Pozoruhodné je, že faktory jako věk a pohlaví tyto vztahy nezměnily, což zdůrazňuje významnou roli vrozených tendencí při určování zapojení člověka do fyzické aktivity.

V současné době sportovní psychologové horlivě zkoumají rysy velké pětky. Kromě toho zkoumají další rysy, jako je tolerance a jejich spojení s duševními stavy a chováním sportovců (Sheard a Golby, 2010).

Jak dokládají (Rhodes a Smith, 2006), extraverte a svědomitost pozitivně ovlivňují fyzickou aktivitu, zatímco neuroticismus může sloužit jako odstrašující prostředek.

2.6 Psychosociální aspekty v beachvolejbalovém týmu

Výzkumy ukazují, že dobrý vztah a jednota mezi členy týmu má větší význam pro malé týmy ve srovnání s většími týmy (Carron a Spink, 1995). Je také pozoruhodné, že radost a soudržnost mají tendenci klesat s rostoucí velikostí týmu (Widmeyer, Brawley a Carron, 1990).

Nejmenší velikost týmu je dyáda nebo-li pár, který je složen ze dvou jedinců. Dyáda může vyžadovat užší vztah mezi oběma členy týmu, aby byla zachována harmonie a umožněno lepší fungování týmu. Ve srovnání s většími skupinami nelze dyády rozdělit na podskupiny. Proto jsou členové dyád silně vzájemně závislí a často vykazují hluboké emocionální vazby (Klatt a kol., 2021).

Na základě zjištění (Jacksona a kol., 2011) lze navrhnout, že osobnost a charakteristiky, konkrétně podobná přesvědčení, normy a hodnoty, obou hráčů v dyadickém týmu mohou být klíčovým aspektem při formování a udržování týmu. Aby bylo dosaženo harmonie, dobrých vztahů uvnitř týmu a efektivity vedoucí k úspěchu, mohou trenéři zvážit vybudování dyadických týmů složených z podobných osobností (Budak a kol., 2018).

Obecně lze hráče plážového volejbalu charakterizovat jako spontánní a živé. Cení si přátelských sociálních vztahů, příliš se netrápí a jsou poměrně stabilní ve svém kognitivním hodnocení. Jsou cílevědomí i soustředění a vykazují vysokou sociální kompetenci (Allen, Greenlees, a Jones, 2013). Uplatňují také různé styly regulace emocí, které jim pomáhají vypořádat se se stresem, a to je vede k tomu, aby se soustředili na utkání (Klatt a kol., 2021).

Podobné osobnosti v dyadických týmech byly spojeny s menším počtem konfliktů a lepšími vztahy uvnitř týmu (Jackson a kol., 2010). Některé týmy však mohou těžit z odlišných osobnostních charakteristik (Beebe a Masterson, 2010). Zde se při vytváření týmu berou v úvahu faktory, jako je podobné stanovování cílů, fyzická kondice a motivace (Memmert a kol., 2015). Proto může být zásadní jak podobnost, tak rozmanitost v rámci týmů v závislosti na tom, jak rozmanité jsou požadavky na různé pozice hráčů v rámci sportu nebo týmu. Stále však není jasné, zda jsou podobné osobnosti v týmových sportech přínosem pro výkon a úspěch (Klatt a kol., 2021).

2.6.1 Komunikace v týmu

Efektivní komunikace uvnitř týmu může pomoci sportovcům v týmu tím, že řídí (tj. plánuje), povzbuzuje (tj. motivuje) a hodnotí výkon každého člena (Cunningham a Eys, 2007). V týmových situacích, kdy je konflikt pravděpodobný, je rozpoznání a vyřešení konfliktu zásadní pro úspěch týmu (Bedir a kol., 2023). Choi, Park, a Kim (2019) kteří zkoumali, jak efektivní komunikační dovednosti ovlivňují klima v týmu, odhalili, že ačkoli existuje pozitivní korelace mezi efektivní komunikací a vztahem trenér-sportovec a efektivitou týmu, existuje negativní vztah k agresivitě. Neefektivní komunikace může způsobit, že se jednotlivci nebudou mít rádi, ztratí důvěru, odmítají si navzájem naslouchat a způsobí mnoho dalších mezilidských problémů v týmu (Whetten a Cameron, 2016).

2.6.2 Důvěra a soudržnost týmu

Spolupráce často zahrnuje vzájemnou závislost a lidé musí proto záviset na druhých různými způsoby, aby dosáhli svého osobního a organizačního cíle (Mayer, Davis a Schoorman, 1995).

Důvěra je nedílnou součástí týmové práce, protože týmové úkoly vyžadují vysokou úroveň vzájemné závislosti mezi členy. Tato vzájemná závislost může vytvářet synergii ve formě spolupráce a interakce mezi členy týmu (De Vries, 1999; Fiore, Salas a Cannon-Bowers, 2001) a následně může vysvětlit rozdíly ve výkonnosti týmu (Mach, Dolan, Tzafrir, 2010).

Podle McAllistera (1995, s. 22) je důvěra definována jako „*bod, do kterého má osoba důvěru v jinou osobu a je připravena jednat na základě slov, skutků a rozhodnutí jiné osoby nebo skupiny*“ (Mach, Dolan, Tzafrir, 2010).

Dirks (2000) ve své studii basketbalových týmů prokázal, že důvěra ve vůdce souvisí s výkonem týmu.

Na základě těchto zjištění tvrdíme, že vytváření soudržnosti v týmu je posíleno, když jeden člen interpretuje slova, postoje nebo činy druhého jako spolehlivé, upřímné a obsahující skutečný zájem, čímž naznačuje vztah důvěry. Porozumění důvěře a jejím příčinám může usnadnit soudržnost týmu. Důvěra je jedním z nezbytných prvků budování soudržnosti (Mach, Dolan, Tzafrir, 2010).

Soudržnost zprostředkovává vztah mezi důvěrou a týmovým výkonem, protože důvěra pomáhá lidem držet se pohromadě a také proto, že členové soudržné skupiny, se kterou se identifikují a ke které mají vztah, jsou více kooperativní a ochotní si navzájem pomáhat (Mullen a Copper, 1994). Tento argument je v souladu se zjištěními, která odhalují, že týmová soudržnost hraje důležitou roli při podněcování týmového výkonu (Mach, Dolan, Tzafrir, 2010).

2.6.3 Vliv trenéra na vztahy v týmu

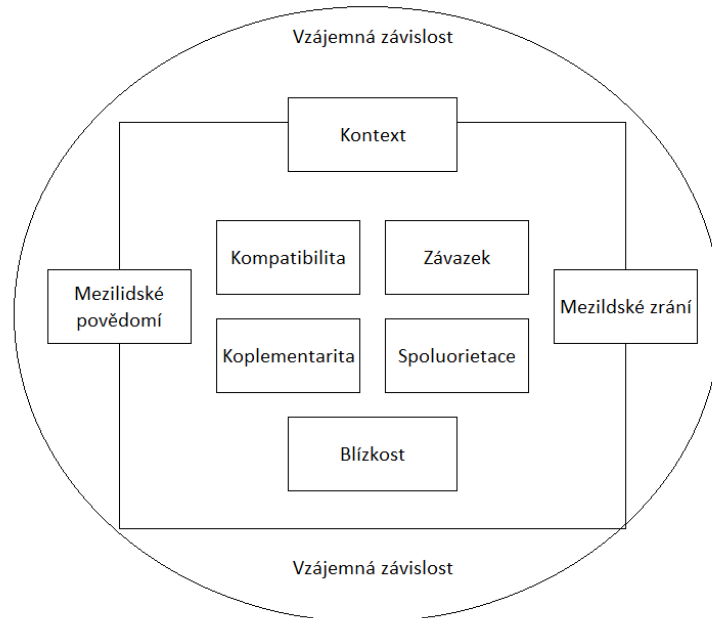
Jedná-li se o sportovní prostředí, trenéři mají klíčovou roli v utváření a udržování pozitivních vztahů mezi členy týmu. Knoblochová a kol. (2021) naznačují že nejde pouze o rozvoj motivačního klimatu orientovaného na úkoly, ale také o podporu týmového ducha a spolupráci. Trenéři by měli usilovat o vytvoření prostředí, kde se hráči cítí respektováni a podporováni nejen ve svých individuálních úspěších, ale i jako součást týmu. Podpora autonomie a inkluzivní postupy trenérů mohou hráčům pomoci lépe porozumět různým perspektivám a snižovat konflikty v týmu tím, že vytvářejí prostor pro otevřenou komunikaci a řešení rozporů. Ve chvílích, kdy hráči nejsou schopni komunikovat nebo řešit své emoce mezi sebou samotnými, je rovněž důležitá role trenéra jako prostředníka. Trenér může poskytnout podporu pro konstruktivní diskuse a řešení problémů v týmu.

Trenéři by měli aktivně podporovat rozvoj dovedností svých sportovců prostřednictvím autonomní podpory. Je důležité, aby trenéři nabízeli účastníkům optimální výzvy, snažili se porozumět jejich perspektivám, zdůvodňovali jakékoliv pokyny, podporovali autonomii při rozhodování a vytvářeli příležitosti pro sebeiniciované chování. Tímto způsobem trenéři pomáhají svým sportovcům rozvíjet jejich dovednosti ve sportu (Freire a kol., 2023).

2.6.4 Model 5C's Model of Successful Partnerships

Tento model poskytuje rámcový pohled na dynamiku a interakce mezi sportovními partnery, které jsou klíčové pro jejich úspěch ve sportu, a zároveň zdůrazňuje důležitost těchto aspektů v kontextu mezinárodního sportovního prostředí. V rámci této studie byly provedeny 4 rozhovory s beachvolejbalovými hráči na olympijské úrovni. V modelu 5C's úspěšných partnerství byla identifikována a uspořádána pětice hlavních témat, která reprezentují klíčové faktory pro mezinárodně úspěšné dvojice sportovců

v plážovém volejbale: **kompatibilita, závazek, komplementarita, spouorientace a blízkost**. Tato témata byla dále potvrzena pomocí základního principu vzájemné závislosti, který vedl k identifikaci tří metatémat: mezilidské povědomí, mezilidské zrání a kontext (viz Obrázek č. 2) (Poczwardowski a kol., 2020).



Obrázek 2: Mezilidské složky v beachvolejbalovém týmu (upraveno dle Poczwardowski a kol., 2020)

Kompatibilita – zahrnovala chemii (nebo shodu) mezi členy týmu a byly zdůrazněny následující mezilidské složky: partnerská chemie, filozofie a nastavení mysli. Ve všech čtyřech rozhovorech byla diskutována důležitost kompatibility z hlediska přirozeného výskytu, který ovlivnil výběr partnera. Účastníci argumentovali tím, že má-li mít partnerství šanci vyvinout se v úspěšný tým, kompatibilita musí být přítomna od začátku. Partnerství elitního plážového volejbalu bylo často popisováno jako „obchodní partnerství“, které nevyžaduje citovou blízkost mimo kurt. Ačkoliv „klik“ neboli přizpůsobení různých již existujících schopností a kvalit partnerů je důležité. Klíčové bylo především v kontextu tréninku a soutěže, nikoli v osobnosti (Poczwardowski a kol., 2020).

Závazky – odhodlání přispělo k celkovému úspěchu týmu a bylo zvláště důležité, protože „neexistuje žádné střídání“. Tedy úspěch partnerství v soutěži závisí přímo na obou členech, a nejsou žádné alternativy nebo externí podpora dostupná na kurtu (Poczwardowski a kol., 2020).

Komplementarita – zahrnovala vývoj vzájemné kontroly a distribuce moci v rámci partnerství s důrazem na sdílenou odpovědnost za maximalizaci výkonu. Týkala se zapojení obou partnerů do spolupráce a adaptivní chování k vytvoření efektivního partnerství a zahrnuje následující témata nižšího řádu: rozhodování, definice rolí a dyadické zvládnání. Efektivní rozhodování vyžadovalo sdílenou odpovědnost a pravomoce mezi partnery, protože zde není žádný trenér, který by rozhodoval za ně. Úspěšná partnerství mívají stejné rozdělení moci a rozhodování. Snaží se překonat obtíže a překážky vztahové i výkonnostní, kdy oba členové pracovali na tom, aby tomu druhému pomáhali, protože málokdy oba hráli na vrcholu nebo blízko vrcholu po dlouhou dobu (Poczwardowski a kol., 2020).

Spoluorientace – zahrnovala rozvoj sdíleného směru a porozumění v týmu. Účastníci zdůraznili nutnost transparentnosti, autenticity a diskuze o motivaci a nastavení stejného cíle od počátku. Dále bylo důležité vzájemné porozumění záměru a smyslu komunikace v týmu a přijetí sdílených hodnot a účelu. Bylo zdůrazněno, že pokud byli na „stejně vlně“, věřili, že měli větší šanci se dostat tam, kam chtěli (Poczwardowski a kol., 2020).

Blízkost – byla účastníky popsána jako emocionální tón pro partnerství zahrnující míru důvěry a respektu mezi partnery. Zahrnovala témata nižšího řádu: vzájemná důvěra, vzájemné závislosti a vzájemný respekt. Důvěra znamená věřit, že je partner schopen dodržovat nezbytné přípravy na výkonnostní úspěch; a že každý partner bude dělat nejlepší rozhodnutí ve prospěch týmu (Poczwardowski a kol., 2020).

Účastníci popsali plážový volejbal jako „pseudo-individuální sport“ zdůrazňující individuální i vzájemně závislé aspekty v týmu. Vzájemná závislost tak vymezila míru, do jaké se každý partner musí spolehnout na druhého, aby vytvořil sdílenou odpovědnost v úspěšném partnerství (Poczwardowski a kol., 2020).

3 PRAKTICKÁ ČÁST

3.1 Cíle, výzkumné otázky a úkoly práce

3.1.1 Cíle práce

Hlavním cílem této práce bylo zjistit, jaké psychosociální aspekty jsou vnímány hráčkami beachvolejbalu v České republice jako nejdůležitější k co nejlepšímu a nejdelšímu působení beachvolejbalového týmu, a naopak, jaké aspekty negativně ovlivňují vztah v beachvolejbalovém týmu.

3.1.2 Výzkumné otázky

Na základě stanovených cílů byly zformulovány následující výzkumné otázky:

VO1: Jaké mohou být hlavní pozitivní aspekty, které jsou vnímány hráčkami jako nejdůležitější, pro co nejlepší a nejdelší společné setrvání v beachvolejbalovém týmu?

VO2: Jaké mohou být hlavní negativní psychosociální aspekty ovlivňující rozpad beachvolejbalového týmu?

3.1.3 Úkoly práce

V souvislosti s výzkumnými otázkami byly stanoveny následné úkoly práce:

1. Sestavit teoretická východiska pro tuto práci.
2. Sestavit témata otázek týkajících se pozitivních a negativních aspektů ovlivňujících soudržnost nebo rozpad beachvolejbalového týmu.
3. Oslovení první respondentky a zpracování jejího „herního života“ od roku 2010 (tzn. umístění na turnajích ČVS a s jakou spoluhráčkou turnaj odehrála)
4. Provést výzkumné šetření a polostrukturované rozhovory.
5. Přepis a zpracování rozhovorů.
6. Zpracovat odpovědi z polostrukturovaných rozhovorů, týkajících se pozitivních a negativních aspektů ovlivňujících soudržnost nebo rozpad beachvolejbalového týmu.

7. Vyhodnotit odpovědi z polostrukturovaných rozhovorů našeho výzkumného souboru (5 respondentek), týkajících se pozitivních a negativních aspektů ovlivňujících soudržnost nebo rozpad beachvolejbalového týmu.
8. Na základě vyhodnocení polostrukturovaných rozhovorů upřesnit o jaké hlavní pozitivní i negativní aspekty týkajících se soudržnosti nebo rozpadu beachvolejbalového týmu se jedná.
9. Sepsat závěrečnou práci.

3.1.4 Hypotézy

V rámci tohoto výzkumu jsme si stanovili následující hypotézy:

Hypotéza č.1: Předpokládáme, že nejčastějším důvodem pro rozpad ženského beachvolejbalového týmu bude odlišná motivace hráček k účasti v tomto sportu.

Hypotéza č.2: Předpokládáme, že nejčastějším důvodem pro dlouhodobé setrvání ženského beachvolejbalového týmu budou podobné osobnostní rysy.

3.2 Metodika práce

Tato bakalářská práce má charakter teoreticko-empirický. Za metodu zpracování byl zvolen kvalitativní výzkum. Veškeré informace k teoretické části byly čerpány z dostupných literárních a internetových zdrojů a byly sestaveny tak, aby čtenáři poskytly teoretickou základnu pro problematiku rozebranou v následující praktické části.

Výzkum probíhal formou polostrukturovaného rozhovoru a byl s účastnicemi prováděn osobně na vhodných místech v okolí pracovišť účastnic výzkumu (kavárny apod.). Rozhovor byl nahrán na mobilní telefon a bezprostředně poté byl nahrán do počítače a z mobilního telefonu smazán. Po přepsání rozhovoru a anonymizaci osobních dat byla nahrávka smazána do týdne od jejího pořízení. Neanonymizovaná nahraná verze rozhovoru byla bezpečně uchována pouze u hlavní řešitelky pod heslem zajištěném počítači a nebyla nikde zveřejňována. Po přepsání byl účastnicím výzkumu text předložen ke schválení. Zveřejněny byly pouze přepsané anonymizované a účastnicemi schválené rozhovory či jejich části. Celkem se výzkumu účastnilo pět bývalých aktivních hráček beachvolejbalu.

Před zahájením vlastního výzkumu byl účastnicím předložen informovaný souhlas (viz příloha č. 2), zda s výzkumem a jeho podmínkami souhlasí a účastní se jej zcela dobrovolně. Tento souhlas byl v celém svém znění schválen etickou komisí UK FTVS (viz příloha č. 1), která předložený projekt zhodnotila a neshledala spory s platnými zásadami, předpisy a mezinárodními směrnicemi pro provádění výzkumu zahrnujícího lidské účastnice.

3.2.1 Popis výzkumného souboru

Účastnice naší studie musely splňovat následující vstupní kritéria: narození v letech 1980 až 1995, ukončení aktivní kariéry v beachvolejbalu, účast na celostátních turnajích AVB ČVS jako hráčka, a odehrání alespoň 8-10 celostátních turnajů AVB ČVS v jedné sezóně s jednou spoluhráčkou. Sezóna těchto turnajů probíhá v České republice od dubna do září.

Výzkumný soubor byl tvořen pěti bývalými aktivními hráčkami beachvolejbalu, narozených od roku 1980 do roku 1995. Průměrný věk čítal cca 38 let.

3.2.2 Použité metody

Pro výběr účastnic, které splňují výše uvedená kritéria, byla použita metoda účelového výběru. Metodou náhodného výběru byla hráčka oslovena vedoucí práce, která je bývalou hráčkou beachvolejbalu nejvyšší české soutěže, kde se s respondentkami potkávala a má na ně vlastní kontakt. Dále byla použita metoda Snowball Sampling na oslovení dalších respondentek.

Otázky pro polostrukturovaný rozhovor byly utvořeny tak, aby reflektovaly individuální potřeby daného výzkumu a byly v souladu s teoretickým rámcem práce. Tímto způsobem se očekává, že rozhovor poskytne detailní a relevantní informace. Postupnost otázek je navržena tak, aby vedla od obecných témat k těm specifitějším, umožňující postupné prozkoumávání hloubky daného tématu.

Hlavní témata, která byla v rozhovoru dotazována, jsou rozdělena do následujících dimenzí:

- Motivace
- Nastavení mysli hráček
- Osobnost
- Koheze

Rozhovory byly vždy nahrávány na mobilní telefon, neprodleně poté přepsány a v maximální možné míře anonymizovány. Po schválení přepisu respondentek, byly části rozhovorů okódovány a rozděleny do dimenzí. Následně byly tyto dimenze formovány do menších subtémat, jež tvoří základní kostru výsledkové části práce.

Dotazníkem zahrnutým do výzkumu byl Osobnostní dotazník Big Five (Hřebíčková a spol., 2016) (viz příloha č. 3). Zde bylo rozepsáno 5 vlastností, kde každá vlastnost měla 2 položky u kterých respondenti označovali na škále 0 – 4 (příčemž 0 – rozhodně nesouhlasím, 4 – rozhodně souhlasím), do jaké míry je tyto vlastnosti vystihují.

3.2.3 Sběr dat

Pro výběr účastnic, které splňují výše uvedená kritéria, byla použita metoda účelového výběru. Metodou náhodného výběru byla hráčka oslovena vedoucí práce, která je bývalou aktivní hráčkou beachvolejbalu a má na respondentky vlastní kontakt. Dále byla použita metoda Snowball Sampling na oslovení dalších respondentek.

Oslovování účastnic pro výzkum probíhalo pomocí vlastních kontaktů mé vedoucí práce, která je bývalou aktivní hráčkou beachvolejbalu. Sběr dat byl realizován v období měsíců únor 2024–červen 2024. Sběr dat byl proveden osobně na vhodných a bezpečných místech v okolí pracovišť účastnic výzkumu (kavárny apod.). Veškeré dokumenty respondenti vyplňovali za přítomnosti hlavní řešitelky. Sběr dat byl podmíněn účastí osob bez akutního (zejména infekčního) onemocnění. Jednalo se o neinvazivní výzkumnou metodu, kdy rizika nebyla vyšší než běžně očekávaná rizika v rámci tohoto typu výzkumu.

3.2.4 Analýza dat

Vzhledem k povaze kvalitativního výzkumu práce byla použita tematická analýza pro zpracování dat. Tento přístup umožňuje identifikovat a zkoumat opakující se témata v datech a následně je formulovat do vzorů. Tyto vzory jsou klíčové pro popis zkoumané problematiky a odpovídají stanoveným výzkumným otázkám (Braun a Clarke, 2006).

S ohledem na vybraný typ analýzy dat byly jednotlivé části rozhovorů okódovány a následně rozděleny do specifických podtémat. Tímto způsobem se vytváří celkový obraz zkoumané problematiky. Tato podtémata jsou dále spojována z konkrétnějších dimenzí do širších tematických celků, které pak tvoří základ a konečnou formu popisu výsledků výzkumu. Celková formulace získaných dat v podstatě odpovídá na stanovené výzkumné otázky.

Podle Braunové a Clarkeové (2006) je vhodné pro samotnou analýzu dat postupovat následovně, což bylo implementováno i v této práci:

1. Seznámení se s daty – prostudování souboru dat, vznik prvních nápadů,
2. Generování prvotních kódů – kódování částí rozhovoru, jenž působily zajímavě,
3. Hledání témat – spojování vygenerovaných kódů do vyšších celků, hledání hlavních témat,
4. Kontrola správnosti témat – kontrola, zda získaná témata odpovídají kódům a celému setu dat,
5. Definování a pojmenování témat – každé získané téma by mělo tvořit ještě vyšší celky, názvy témat a hlavní téma analýzy se upřesňují,
6. Finální analýza.

4 VÝSLEDKY

V této části závěrečné práce bylo naším úkolem zodpovědět stanovené výzkumné otázky. **VO1:** Jaké mohou být hlavní pozitivní aspekty, které jsou vnímány hráčkami jako nejdůležitější, pro co nejlepší a nejdelší společné setrvání v beachvolejbalovém týmu? **VO2:** Jaké mohou být hlavní negativní psychosociální aspekty ovlivňující rozpad beachvolejbalového týmu?

Pro lepší přehlednost je tato část závěrečné práce rozdělena do jednotlivých subkapitol. Subkapitoly 4.1 "Pozitivní aspekty" a 4.2 "Negativní aspekty" se zabývají psychosociálními aspekty, které byly zjištěny během rozhovorů, jak z pozitivního, tak z negativního hlediska. V subkapitolách 4.3 "Motivace" a 4.4 "Osobnostní rysy" jsou tato témata podrobněji rozebrána.

Z důvodu anonymizace dat byla jména našich respondentek nahrazena barvami – Červená, Modrá, Zelená, Fialová a Černá. Výpovědi respondentek jsou napsány kurzívou a zařazeny pod příslušné subkapitoly podle tématu.

4.1 Pozitivní aspekty

Z analyzovaných rozhovorů jsme vyvodili následující závěry ohledně pozitivních klíčových faktorů ovlivňujících úspěšné partnerství v beachvolejbalu:

Komunikace a upřímnost: Komunikace se ukazuje jako klíčový faktor v úspěšné spolupráci. Důležité je být k sobě upřímní a na začátku si jasně stanovit očekávání a cíle, kterých chce tým dosáhnout. To pomáhá předcházet nedorozuměním a zajišťuje, že obě strany jsou stejně nastavené.

Osobní vztahy: Přestože některé hráčky zdůrazňují, že není nutné být přáteli, pro jiné je důležité, aby si sedly i mimo hřiště. Pro ně je přátelství a vzájemná tolerance důležitým aspektem, který podporuje týmovou soudržnost a pohodu během turnajů.

Společný cíl: Klíčovým aspektem úspěšného partnerství je mít společný cíl, ať už je to vyhrávat turnaje nebo si užívat hru. Hráčky, které mají srovnaný mindset a společný cíl, jsou schopné lépe spolupracovat a dosahovat lepších výsledků.

Sportovní kompatibilita: Herní kompatibilita je často vnímána jako důležitější než osobní vztahy. Hráčky zdůrazňují, že pokud chtějí vyhrávat, je důležité, aby si sedly herně, tedy aby jejich herní styly a přístupy k tréninku byly kompatibilní.

Pohodová atmosféra: Některé hráčky preferují atmosféru, kde se nemusí příliš stresovat a kde si mohou užít hru. Tato pohodová nátura může přispět k lepším výkonům a celkové spokojenosti s partnerstvím.

Flexibilita a tolerance: Hráčky, které jsou flexibilní a tolerantní vůči svým spoluhráčkám, mají tendenci mít úspěšnější a stabilnější partnerství. Schopnost přizpůsobit se a neřešit každý detail je vnímána jako důležitá pro udržení dlouhodobé spolupráce.

Celkově lze říci, že **úspěšné partnerství v beachvolejbalu závisí na kombinaci herní kompatibility, komunikace, společných cílů a vzájemné tolerance.** Hráčky, které dokáží najít rovnováhu mezi těmito faktory, mají větší šanci dosáhnout úspěchu a spokojenosti ve své spolupráci.

V následujících odstavcích jsou kurzívou přepsány výpovědi našich respondentek ohledně pozitivních faktorů ovlivňujících úspěšné partnerství v beachvolejbalu.

ČERVENÁ: „Rozhodně je hrozně důležitá komunikace, hrozně moc. Myslela jsem si, že nezáleží na tom, jestli si s tou parťáčkou člověk sedne i v osobním životě, ale pro mě konkrétně to je velmi důležité. Rozhodně být k sobě upřímní a jasně si na začátku říct, kolik do toho chce každá vložit, protože od toho se to pak všechno odvíjí. Rozhodně nás drželo pohromadě to, že si sedli i naši partneři, díky tomu to byly rodinné víkendy. A pak musím říct, že je důležitá taková ta nátura neřešit každý balon. Nepovedlo se, nevadí a jedeme dál.“

MODRÁ: „Nikdy jsem nemohla hrát s někým s kým by to nešlo, jen kvůli tomu abychom hrály dobře. Se spoluhráčkou jsme chtěly jezdit, každá jsme si na to ten čas udělala, a to byla velmi spojující věc - nadšení pro volejbal. Taky to, že jsme kamarádky. Dále to, že jsme si nějakým způsobem podobné a věděly jsme, že je tam potenciál a že se nám spolu dobře hraje. Vzájemná tolerance na určitých úrovních. Pro mě je důležité, aby to byl člověk, se kterým jde povídat a je ze sportovního prostředí.“

ZELENÁ: „Za mě je důležité, aby ti lidé měli srovnaný mindset a nemusí být nutně kamarádky. Musí mít společný cíl vyhrát a zároveň být parťáci. To neznamena, že musíš být kámoš. Je spousta profesionálních týmů, kteří se v podstatě “nenávidí“, ale mají zapláceno, jsou parťáci a jdou do toho společně. Mají nějaký projekt a pak vyběhnou ven. Ale nemyslím si, že je to optimální, když je to úplně na této bázi. S další spoluhráčkou nám to sedlo, protože jsme kámošky. Uměly jsme si hodně povídat o všem. Musím říct, že

méně makat a být více v pohodě je důležitější, než když fakt makáš a pak tam máš takový nějaký pád.“

FIALOVÁ: *„Myslím si, že je důležitější si sednout herně. Tak respektive záleží jako co chceš, jestli si chceš objíždět turnaje a pokecat si mezitím u kávy tak ano, tak je důležité abyste si sedli lidsky. Ale pokud chceš objíždět turnaje a vyhrávat, tak to za mě není potřeba a já jsem chtěla objíždět turnaje a nepotřebovala jsem na víkendy kamarádku, se kterou můžou vypadnout z domu a popovídat si.“*

ČERNÁ: *„Obecně si myslím, že nám to fungovalo, spoluhráčka byla šikovná polářka a ona si nestěžovala na můj blok, takže i z těch herních věcí mi to přišlo ok. A je to člověk takový pohodový typ a mně to vyhovovalo, že mám pak chuť být ji podobná. Cítila jsem se vedle ní taková stabilnější. Navíc plus byly výsledky, které za mě byly dobré, takže jsem tam viděla potenciál.“*

4.2 Negativní aspekty

Na základě rozhovorů s hráčkami beachvolejbalu bylo identifikováno několik hlavních negativních psychosociálních aspektů, které mohou vést k rozpadu týmu. Tyto faktory jsou rozděleny do několika klíčových oblastí:

Nedostatečná komunikace a upřímnost

Paní Červená zdůraznila, že neupřímnost a nedostatečná komunikace mezi hráčkami často vedou k rychlému vzniku konfliktů. Pokud si hráčky neřeknou jasně své očekávání a potřeby, dochází k nedorozuměním a napětí, které mohou tým oslabit.

Osobní nesoulad

Několik hráček uvedlo, že osobní kompatibilita mimo hřiště je pro ně klíčová. Paní Červená, paní Modrá vyjádřily, že dlouhodobé partnerství by pro ně bylo neúnosné, pokud by si se spoluhráčkou osobně nesyly. Osobní vztahy ovlivňují týmovou dynamiku a celkovou atmosféru v týmu.

Odlíšné cíle a hodnoty

Nejednotnost v cílech a hodnotách hráček může vést k napětí a neshodám. Například paní Zelená uvedla, že její spoluhráčka byla ochotná podvádět, aby vyhrála, zatímco ona sama hrála pro radost a lásku k pohybu. Takové rozdíly mohou podkopat vzájemnou důvěru a respekt.

Psychická odolnost a spolehlivost

Některé hráčky uvedly, že nedostatečná psychická odolnost nebo nespolehlivost jejich spoluhráček vedla k problémům. Například jedna z hráček nemohla kvůli psychickým problémům své spoluhráčky plánovat a trénovat, což nakonec vedlo k rozpadu týmu.

Vnější vlivy a třetí osoby

Vnější vlivy, jako je přítomnost třetích osob (např. trenéři, partneři), mohou narušit dynamiku týmu. Jedna z hráček uvedla, že přítomnost partnera její spoluhráčky jí vadila, i když se do volejbalu nepletl. Tento třetí element ovlivnil její pocit týmové jednoty.

Vyhoření a osobní problémy

Vyhoření a osobní problémy, které nesouvisí přímo se spoluhráčkami, mohou také vést k rozpadu týmu. Jedna z hráček uvedla, že kvůli osobním vztahovým problémům a vyhoření musela udělat pauzu, což ovlivnilo její schopnost pokračovat v hraní.

Rozhovory s hráčkami beachvolejbalu odhalily, že úspěšné partnerství v beachvolejbalu závisí na několika klíčových faktorech. Patří mezi ně **nedostatečná komunikace, osobní nesoulad, různé cíle a hodnoty, psychická odolnost, vnější vlivy a vyhoření jsou klíčovými faktory, které mohou vést k rozpadu týmu.**

V následujících odstavcích jsou kurzívou přepsány výpovědi našich respondentek ohledně negativních faktorů ovlivňujících úspěšné partnerství v beachvolejbalu.

ČERVENÁ: "Často se stává, že neupřímnost přináší problémy, zejména když si hráčky příliš nerozumí a nedokáží otevřeně komunikovat. Osobně jsem zažila, že vkládání třetí osoby do problémů může situaci zlepšit. Můj trenér nám vždy zdůrazňoval, že není nezbytné, aby spoluhráčky byly i kamarádky mimo hřiště, protože i profesionální hráčky na světových scénách dokáží fungovat, i když si spolu nesesdnu. Já však cítím, že dlouhodobá spolupráce s někým, s kým si nesesdnu, by pro mě byla neúnosná."

MODRÁ: „Nikdy jsem nemohla hrát s někým s kým by to nešlo, jen kvůli tomu abychom hrály dobře. Se spoluhráčkou jsme spolu přestaly hrát, protože na ní nebyl spoleh, psychika ji nedovolila vyjet z města a s tím se nedá pracovat, plánovat. Myslím si, že kdyby byla psychika ok, tak spolu hrajeme delší dobu, ale nebyla veselý člověk, tak

nevím. Také ji jezdil podporovat partner a v jednu dobu jezdil všude, a to mě nebavilo, ale nebylo by to, že by mi to nějak vadilo. On se do mého volejbalu nepletl, ale už tam byl ten 3. element, že tam nejsme spolu a narušoval to tam.“

ZELENÁ: „Byly jsme nepartáci, chyběl respekt, ten společný cíl, který byl úplně jiný z obou stran. Každá to dělala pro úplně něco jiného, ona potřebovala dokázat a vyhrát za každou cenu i podvodem. Třeba řekla, že nebyla v síti, ale byla. To byl její cíl a můj cíl? Já to hraju, protože je to láska a láska k pohybu, ale samozřejmě taky chci vyhrávat.“

FIALOVÁ: „Kazila to ta její psychika, že nebyla tak odolná, že herně neuměla tolik pomoc. Fyzická příprava byla o něco slabší.“

ČERNÁ: „Já tam zažila vyhoření, kdy mě trápilo všechno možné, co nesouviselo se spoluhráčkou, ale osobní vztahové záležitosti mě donutily udělat si úplnou pauzu. Asi jsem potřebovala úplně vypnout. Po dobu tří až čtyř měsíců jsem nebyla schopná nic dělat, natož hrát beachvolejbal.“

4.3 Motivace

Hráčky beachvolejbalu měly různé formy motivace. Paní Červená se zpočátku chtěla svým výkonem předvést svému otci, což však vedlo ke stresu. Paní Modrá a paní Zelená byly motivovány především vnitřními faktory jako je láska k pohybu, radost ze hry a osobní výzvy, což jim přinášelo uspokojení a radost z úspěchů. Naopak paní Fialová a paní Černá vykazovaly silnější vnější motivaci spojenou s případnými úspěchy, odměnami a vlivem rodinného prostředí či partnera.

ČERVENÁ: „V té době jsem to dělala pro tatku, protože jsem mu chtěla hrozně moc dokázat, že jsem šikovná a toužila jsem po tom, aby na mě byl pyšný. A až pak jsem si uvědomila, že jsem si na sebe ušila bič, jak jsem chtěla mít úspěch, byla jsem pak hrozně ve stresu při těch zápasech. A to bylo naprd. Pak jsme to řešili s trenérem a od té doby co se to otočilo a začala jsem to dělat pro sebe a zjistila, že je to úplně úžasný. A právě že motivací se mi stala parta lidí, se kterou jsem jezdila. Dříve jsem spoustu let hrála šestkový volejbal a v životě jsem takový skvělé lidi, který jsem potkala na písku na šestkách nepotkala.“ – převládá vnější motivace

MODRÁ: „Bavil mě nejvíc ten pohyb, být na sluníčku, potit se a být na turnaji. Nešlo jen o to jít si zahrát a dát si pívko, to mě moc nebaví. V turnaji se člověk víc snaží

a usiluje o něco víc. Baví mě vyhrávat, ale zároveň jsem na turnaje chodila, protože mě to bavilo. I když mi hlava říkala, že nemůžeme vyhrát, protože je tam spousta dobrých týmů, šla jsem tam pro ten zážitek. Bylo úžasné, když se ti podaří někoho potrápit a ten fyzický výkon je prostě super. “ – převládá vnitřní motivace, částečně i vnější motivace

ZELENÁ: „Já miluju pohyb a když se nehýbu, mám deprese. Takže pro mě je pohyb rozhodně důležitý. Baví mě ten písek, protože oproti halovému volejbalu opravdu zamakáš a sáhneš si až na dno. A samozřejmě vyhrát je obrovská satisfakce. Příprava, kterou do toho dávám, má smysl, když se dostanu na bednu. Nejde mi ani tak o medaile, ale třeba včera ta pětka, to bylo prostě wow. Dostat se z kvalifikace, to byl skvělý pocit. “ – převládá vnitřní motivace, ale i vnější motivace

FIALOVÁ: „Beachvolejbal byl vždycky komplikovanější. Nikdy jsem nehrála za žádný konkrétní klub a každý rok jsem se nachomýtlá k jinému trenérovi. Tohle dělalo přípravu na beachvolejbal náročnou. Chodila jsem trénovat, brácha hodně hrával, a bydlela jsem u beachvolejbalového trenéra, takže mě motivovalo i to, že jsem byla pořád v nějaké volejbalové rodině. Dospěla jsem k tomu setrvačností a brala jsem to jako součást života. Dřít na trénincích mi nevadí, ale nevidím smysl jen v tréninku bez účasti na turnajích. Ta medaile nebo výhra je pro mě důležitá odměna. V rodině všichni hráli volejbal, takže to bylo i trochu tím, ale hlavně mě to bavilo. Dělal jsem to kvůli sobě, ale rodinné zázemí v tom hrálo také roli. “ - převládá vnější motivace

ČERNÁ: „Můj přítel vrcholově sportoval. Byli jsme podobně staří, takže on ještě do nějakých 35-36 let jezdil po světě a sportoval, byl na dvou Olympiádách. Měla jsem z toho trochu psychický problém, že on si jezdí po světě a sportuje, zatímco já, ač miluji sport, sedím v kanceláři. To byl asi důvod, proč jsem se do něčeho pouštěla trochu víc. Neměla jsem co dělat, on byl pryč 200 dní v roce, a já jsem tak nikdy nevymyslela nic jiného, co by bylo náplní mého života. Brala jsem posilování jako součást svého života. Vlastně nevím, nebo jak říkám, nikdy jsem úplně nezamýšlela, jestli mě to vlastně baví. “ – převládá vnější motivace

4.4 Osobnostní rysy

Osobnostní rysy hrály určitou roli ve fungování ženského beachvolejbalového týmu, ale nebyly jediným nebo nejčastějším důvodem pro dlouhodobé setrvání týmu. Každá respondentka hovořila o více spoluhráčkách, se kterými tvořila tým. Například

spoluhráčka 1 paní Červené a spoluhráčka 4 paní Zelené si byly hodně podobné a tato podobnost přispívala k jejich vzájemnému porozumění a úspěchu na hřišti. Jejich schopnost komunikovat a rozumět si beze slov naznačuje, že osobnostní kompatibilita mohla hrát klíčovou roli ve vytváření silného týmového prostředí.

Na druhou stranu, u některých dalších spoluhráček, jako je například spoluhráčka 2 paní Zelené, byly rozdíly v osobnostních rysech problémem, který negativně ovlivňoval fungování týmu. Jejich odlišný přístup ke komunikaci a zvládnutí tlaku mohly vést k napětí a nedorozuměním, což negativně ovlivňovalo jejich společné výkony na hřišti.

Celkově lze tedy říci, že osobnostní podobnost a kompatibilita hrály určitou roli ve vztazích mezi spoluhráčkami v beachvolejbalovém týmu. Nicméně, aby tým fungoval dlouhodobě a dosahoval úspěchů, bylo zapotřebí i dalších faktorů, jako je schopnost spolupráce, týmová chemie jak na hřišti, tak i mimo něj, schopnost řešit konflikty a podpora ze strany trenéra nebo mediátora. Tyto faktory společně přispívaly k celkovému fungování týmu a jeho dlouhodobému setrvání.

ČERVENÁ – spoluhráčka 1

„Byly jsme osobnostně podobné, kamarádky. Vyloženě mě pak mrzelo, že nám to na hřišti úplně neklapalo, z důvodu, že jsme byly obě dvě malé.“

ČERVENÁ – spoluhráčka 2

„Osobnostně jsme byly odlišné. Spoluhráčka se snažila brát všechno s humorem a zábavou, což jsem měla podobně. Avšak ona byla hodně zaměřená na sebe a jednala jako sólistka, zatímco já jsem více pečovala o tým a myslela na ostatní, než na sebe. V tomhle jsme se nakonec neshodly.“

ČERVENÁ – spoluhráčka 3

„Chemie mezi námi byla opravdu skvělá. Troufám si říct, že to bylo podobné jako s první spoluhráčkou – už jsme se dokázaly dorozumět i bez slov a věděly jsme, co ta druhá potřebuje. Vždycky jsme si před zápasem stanovily taktiku a díky jejím zkušenostem, protože hrála dlouho a znala všechny soupeře, to bylo opravdu fajn. Snažily jsme se během turnaje držet plán a vyhnout se nesmyslům. Když se nám nedařilo, braly jsme to s úsměvem, ale nikdy jsme se nevzdaly. Její psychika nás držela pohromadě.“

MODRÁ – spoluhráčka 1

„Byly jsme si hodně podobné, ale ona byla křehčí a citlivější na psychiku. Jednou raději prohrála, aby nemusela být v televizi druhý den, protože nechtěla, aby kolem ní na Pankráci poletovaly kamery. Měla velký potenciál, ale její křehkost a sebedoceňování ji bránilo dosáhnout úspěchu.“

MODRÁ – spoluhráčka 2

„V osobnostním smyslu jsme byly odlišné, ale ve hře to skvěle fungovalo, dobře jsme se na sebe naladily. Ona byla víc taková extrovertní, komunikativní s lidmi. Měly jsme to hodně rozkomunikované, povídaly jsme si i během výměny, takže to bylo velmi uvolněné.“

ZELENÁ – spoluhráčka 1

„Byly jsme úplně odlišné. Ona byla sebevědomá a nepřipouštěla si, že by mohla udělat nějakou chybu. Nakonec jsem jí řekla, že končíme, protože už nemělo smysl pokračovat.“

ZELENÁ – spoluhráčka 2

„Dá se říct, že jsme si rozuměly, ale nevím, jak bych to popsala. Sedla jsem si s ní i jako člověk. Ale když se nedařilo, tak to nedokázala rozdělat. Ona chtěla být dobrá, ale měla podle mě komplex z toho, že je malá. Chtěla stále někomu něco dokázat, i když mentálně na tom nebyla srovnatelně jako spoluhráčka 1. To nám škodilo – ta extrémní cílevědomost a fakt, že jsme ještě neměly výsledky.“

ZELENÁ – spoluhráčka 3

„Spoluhráčka 3 je pohodová, i když je jako spoluhráčka 2 - cílevědomá. Je s ní pohoda, nemluví moc, ale mě nechá mluvit a nevadí jí to. Podle mě, kdybychom měly svoje dvě bubliny, fungovalo by to. Myslím, že jsem ji jako introvertku naučila být víc extrovertní a vylézt z její ulity.“

ZELENÁ – spoluhráčka 4

„Když jsme jely na ten turnaj, tak jsme jely o den dříve a užily jsme si to. Našly jsme si tam ubytování a hodně jsme si popovídaly. Byly jsme si hodně podobné, a to mi vyhovovalo.“

FIALOVÁ – spoluhráčka 1

„Sedly jsme si a vyhovovalo nám to. Lidsky byly jsme kamarádky, byly jsme spolu pořád v kontaktu.“

FIALOVÁ – spoluhráčka 2

„Byla to nová energie, která mi vyhovovala. Já jsem taková, že vždycky povzbuzuji, i když jsme 20:5 ve ztrátě, věřím, že to dokážeme. Každý bod je důležitý. Tady jsme byly na stejné vlně – nevzdávaly jsme to, držely jsme se a bylo to skvělé. Myslím, že jsme se v tomhle fakt dobře doplňovaly. Na hřišti jsme si věřily. Ona vedla úplně jiný život než já, byla starší a měla rodinu, já jsem se pohybovala mezi úplně jinými lidmi, ale fungovalo to.“

FIALOVÁ – spoluhráčka 3

„Sedly jsme si lidsky byly jsme prostě jiné na tom okruhu. I tréninkově jsme si sedly i jak jsme měly náročnější školu, tak jsme se chápaly, což bylo fajn.“

FIALOVÁ – spoluhráčka 4

„Byly jsme úplně rozdílné, a díky tomu, že tam fungoval mediátor – trenér, tak tam úplně nedocházelo k nějakým extrémním psychickým výlevům mezi námi. Vždycky jsme si dokázaly vše vyříkat. Řekla bych, že to bylo trochu na profesionální úrovni.“

FIALOVÁ – spoluhráčka 5

„Byly jsme naprosto odlišné, nefungovalo nám to a myslím, že to bylo i tím, že byla o tolik mladší. Nebyl tam trenér, jako mediátor.“

ČERNÁ – spoluhráčka 1

„Spíše bych řekla, že jsme si nebyly podobné. Jako člověk je ona takový pohodový typ a mně to prostě vyhovovalo. Pak jsem měla chuť být podobná.“

ČERNÁ – spoluhráčka 2

„Taky je to šikovný člověk a stejně jako spoluhráčka 1 je hrozně pohodový, což je ideální pro mě, protože já jsem možná trochu komplikovanější. Takže pro mě bylo fajn, když jsme byly každá jiná.“

5 DISKUSE

Cílem této bakalářské práce bylo pomocí polostrukturovaných rozhovorů a doplňujícího osobnostního dotazníku Big Five (BFI-10) zjistit, jaké psychosociální aspekty jsou hráčkami beachvolejbalu v České republice vnímány jako nejdůležitější k co nejlepšímu a nejdelšímu působení beachvolejbalového týmu, a naopak, jaké aspekty negativně ovlivňují vztah v beachvolejbalovém týmu.

Tato kapitola bude věnována zhodnocení získaných výsledků a porovnání výsledků této práce s výsledky jiných studií, které se zabývaly podobnou problematikou.

Naše **hypotéza č.1** ve znění: předpokládáme, že nejčastějším důvodem pro rozpad ženského beachvolejbalového týmu bude odlišná motivace hráček k účasti v tomto sportu, byla potvrzena.

Rozhovory potvrzují, že odlišné motivace mohou způsobit nejednotnost a konflikty v týmu. Nedostatečná komunikace pak tyto problémy prohlubuje, což vede k neschopnosti řešit problémy včas a nakonec vede k rozpadu týmu. Pro úspěšné fungování beachvolejbalového týmu je tedy klíčová efektivní komunikace uvnitř týmu, která může pomoci sportovcům v týmu tím, že řídí (tj. plánuje), povzbuzuje (tj. motivuje) a hodnotí výkon každého člena (Cunningham a Eys, 2007).

Podle Mudráka a kol. (2018) motivace založená na zájmu a potěšení (vnitřní motivace) nebo zaměřená na seberozvoj (identifikovaná regulace) je pozitivně spojena s řadou pozitivních důsledků u sportovců, včetně úsilí; angažovanosti; a nižšího výskytu stresu, syndromu vyhoření, rizikového chování nebo předčasného ukončení kariéry, což nám respondentky potvrdily.

Autoři (Mallet a kol., 2007; Mudrak a kol., 2018; Ryan a Deci, 2000; Vallerand a Losier, 1999) ve svých výzkumech identifikovali několik negativních motivací sportovců. Knoblochová a kol. (2021) také zjistili, že mezi respondenty, kteří byli beachvolejbaloví hráči a hráčky, patřily k negativním motivacím například introjektovaná regulace, kdy se účastníci sportu zapojují kvůli udržení své vlastní hodnoty. Dále vnější motivace, kdy se snaží splnit očekávání ostatních a získat vnější odměny. Také amotivace, kdy sportovci pociťují nedostatek osobní kontroly nad svou aktivitou. Respondentky v rozhovorech potvrdily, že tyto negativní motivace mohou mít za následek celkové vyhoření a ukončení jejich sportovní kariéry.

Naše **hypotéza č.2** ve znění: předpokládáme, že nejčastějším důvodem pro dlouhodobé setrvání ženského beachvolejbalového týmu budou podobné osobnostní rysy byla částečně potvrzena.

Osobnostní rysy hrály určitou roli ve fungování ženského beachvolejbalového týmu, ale nebyly jediným nebo nejčastějším faktorem pro dlouhodobé setrvání týmu. V týmu byly hráčky s podobnými osobnostními rysy, které si vzájemně rozuměly a doplňovaly se na hřišti, což přispívalo k jejich úspěchu. To potvrzuje studie Jacksona a kol. (2010) ve které naznačují, že podobnost v osobnostních rysech může vést k menšímu množství konfliktů a lepšímu fungování týmu. Týmová dynamika v beachvolejbale je složitou kombinací osobních vlastností hráček, schopnosti komunikace, spolupráce a dovedností řešit konflikty.

Naproti tomu rozdíly v osobnostních rysech někdy vedly k napětí a nedorozuměním mezi hráčkami, což mohlo negativně ovlivňovat jejich výkony. Beebe a Masterson (2010) tvrdí, že různorodost v týmu může přinést nové perspektivy a přístupy, což může být pro týmovou dynamiku přínosné v určitých situacích.

Podle Allena, Greenleese, a Jonese (2013) jsou hráči beachvolejbalu často charakterizováni jako spontánní, živí jedinci s vysokou sociální kompetencí. Tato sociální kompetence a schopnost regulace emocí jsou klíčové pro úspěšné zvládnání stresových situací během zápasů (Klatt a kol., 2021).

Pro trenéry je důležité při tvorbě týmu zvážit jak podobnost, tak rozmanitost v osobnostních rysech hráčů, aby podporovali efektivní týmovou chemii a dlouhodobý úspěch týmu. Uplatnění těchto poznatků může vést k lepšímu porozumění a efektivnější spolupráci mezi hráči. Stále však není jasné, zda jsou podobné osobnosti v týmových sportech přínosem pro výkon a úspěch (Klatt a kol., 2021). Beachvolejbalový tým je však opravdu specifický. To, co může platit ve vícečlenném týmovém sportu, nemusí platit pro beachvolejbal. Naše výsledky z rozhovorů naznačují, že dynamika a vztahy mezi hráči v beachvolejbalu mají jedinečný charakter.

Hráčky potřebují mít pro dobré fungování týmu dobrou komunikaci a spolupráci, protože nelze hráče během utkání vystřídat. Toto pravidlo vyžaduje od hráčů vysokou fyzickou a psychickou odolnost, zejména pokud se týmu nedaří a je potřeba se vypořádat s nepříznivými situacemi bez možnosti odpočinku. Podání není omezeno žádným pravidlem o podávání „křížem“ jako v tenisové čtyřhře. To znamená, že během celého

zápasu nebo turnaje mohou soupeři zacílit na jednoho hráče z týmu, což vyžaduje strategické přizpůsobení a vysokou zátěž obou hráček.

Navíc se beachvolejbal hraje převážně turnajově, což zahrnuje mnoho zápasů za den. Hráči často musí zvládnout několik zápasů během jednoho dne, což je náročné na fyzickou kondici a regeneraci. Kvalifikace na světové turnaje mohou probíhat systémem jednoho vyřazovacího zápasu (1KO), což představuje obrovský tlak na hráče. Zároveň v beachvolejbalovém utkání nesmí být přítomný žádný trenér v blízkosti kurtu, tzn. nikdo v průběhu utkání nesmí hráče koučovat. Hráči se musí spoléhat jeden na druhého. Často se stává, že trenér ani necestuje na samotný turnaj, protože může mít více dvojic na různých turnajích nebo kategoriích. Někteří trenéři jsou zároveň aktivními hráči a účastní se vlastních turnajů, což je další specifikum tohoto sportu (Ryan a kol., 2024).

Poczwardowski a kol. (2020) ve svém výzkumu zdůraznili pět klíčových faktorů pro mezinárodně úspěšné dvojice sportovců v plážovém volejbale: kompatibilitu, závazek, komplementaritu, spoluorientaci a blízkost. Kompatibilita zahrnovala chemii (nebo shodu) mezi členy týmu a byly zdůrazněny následující mezilidské složky: partnerská chemie, filozofie a nastavení mysli. Klíčové tyto faktory byly především v kontextu tréninku a soutěže, nikoliv v osobnosti. Naše výsledky potvrzují důležitost shody partnerské chemie, filozofie a nastavení mysli. Neshodují se však s tvrzením, že není potřeba shoda v osobnosti, ale jen důležitosti shody na hřišti. Z mé osobní zkušenosti zastávám názor, že je důležitá shoda na hřišti, a pokud není shoda osobnosti, je potřeba trenér, který zastává roli mediátora, pro dlouhodobé fungování beachvolejbalového týmu.

Naše výsledky se shodují s výzkumem Poczwardowski a kol. (2020), kde účastníci výzkumu zdůraznili důležitost transparentnosti, autenticity a diskuse o motivaci od samého začátku. Podle jejich výzkumu je klíčové, aby členové týmu sdíleli stejný cíl a byli na "stejně vlně", což zvyšuje jejich šanci na dosažení společného cíle. Důvěra je rovněž významným faktorem, protože znamená víru v to, že každý člen týmu je schopen splnit své povinnosti a přispět k úspěchu celého týmu tím, že učiní nejlepší možné rozhodnutí pro společný prospěch.

V kontextu beachvolejbalu je důležité zdůraznit, že tyto specifické podmínky ovlivňují dynamiku a vztahy v týmu více než v početnějších týmových sportech. Naše výsledky naznačují, že úspěšný beachvolejbalový tým musí mít nejen silný fyzický a technický základ, ale také schopnost efektivní komunikace a spolupráce mezi hráči.

Tato unikátní kombinace faktorů vyžaduje, aby trenéři při tvorbě týmu brali v úvahu jak individuální schopnosti hráčů, tak i jejich schopnost pracovat jako tým v různých soutěžních situacích.

6 ZÁVĚR

Cílem této bakalářské práce bylo poskytnout ucelený pohled na klíčové psychosociální aspekty ovlivňující úspěšnost spolupráce mezi hráčkami v beachvolejbalovém týmu v České republice. Z analýzy rozhovorů byly identifikovány jak pozitivní, tak negativní aspekty, které mohou vést k rozpadu týmu.

Pozitivní aspekty spočívají především v efektivní **komunikaci a upřímnosti**. Klíčovým faktorem je schopnost otevřeného dialogu a jasně definovaných očekávání a cílů od samého začátku spolupráce. Dále hrají roli **osobní vztahy**, neboť pro některé hráčky je důležité udržovat dobré vztahy i mimo hřiště, což podporuje celkovou pohodu a soudržnost týmu. V neposlední řadě je klíčovým faktorem **společný cíl**: hráčky, které sdílí stejný herní a soutěžní cíl, mají větší šanci na dlouhodobé partnerství.

Negativními aspekty, které mohou vést k rozpadu týmu, jsou nedostatečná komunikace a nedostatek upřímnosti. Dalším problematickým faktorem je rozdílné vnímání cílů a hodnot mezi hráčkami. Pokud členové týmu nejsou sjednoceni ve svých sportovních ambicích, může to vést k napětí a disharmonii.

Důležité je také zdůraznit, že psychická odolnost hráček, vnější vlivy a motivace hrají roli ve výkonu týmu. Každá hráčka má individuální motivaci, která může být odvozena jak z vnitřních faktorů (např. radost ze hry), tak z vnějších podnětů (např. očekávání od trenérů či rodiny). Osobnostní vlastnosti hráček, jako je kompatibilita osobností a schopnost vzájemného porozumění, rovněž hrají klíčovou roli při vytváření silného týmového prostředí.

Celkově lze tedy říci, že úspěšné partnerství v beachvolejbalovém týmu vyžaduje komplexní kombinaci komunikačních dovedností, sdílených cílů, osobní kompatibility a motivace, které společně přispívají k dlouhodobému a stabilnímu týmovému úspěchu.

Cílem práce bylo přispět k lepšímu porozumění a podpoře dlouhodobého úspěchu týmů v tomto sportovním odvětví. Tyto poznatky mohou sloužit jako základ pro další výzkum a praktické aplikace v oblasti týmové dynamiky a sportovní psychologie, zejména při budování a udržování úspěšných týmů v beachvolejbalu.

Co se týče limitujících faktorů výzkumu, je potřeba zmínit relativně malý výzkumný vzorek, na kterém bylo prováděno šetření. Dotazovaných hráček bylo pouze pět. Studie přiblížila problematiku psychosociálních aspektů ovlivňujících vztahy

v ženských beachvolejbalových týmech v České republice. Bylo by velký přínosem, kdyby se budoucí výzkumy zaměřily i na jinou generaci či mezigenerační týmy nebo na mužské týmy, zda to mají podobně nebo úplně naopak.

SEZNAM LITERATURY

1. ALLEN MARK S., GREENLEES I., JONES M. Personality in sport: a comprehensive review. *International Review of Sport and Exercise Psychology* [online]. 2013, 6(1) [cit. 2024-01-14]. Dostupné z: DOI: 10.1080/1750984X.2013.769614
2. ALLEN MARK S., GREENLEES I., JONES M. An investigation of the five-factor model of personality and coping behaviour in sport. *Journal of Sports Sciences* [online]. 2011, 29(8) [cit. 2024-01-14]. Dostupné z: DOI: 10.1080/02640414.2011.565064
3. BEDIR D., AGDUMAN F., BEDIR F., ERHAN SE. The mediator role of communication skill in the relationship between empathy, team cohesion, and competition performance in curlers. *Frontiers Psychology* [online]. 2023, vol. 14 [cit. 2024-01-09]. Dostupné z: doi: 10.3389/fpsyg.2023.1115402
4. BEEBE, STEVEN A.; MASTERSON, JOHN T. Communicating in small groups. Boston, MA: Allyn and Bacon, 2003. ISBN-13: 978-0-205-98083-3. Dostupné z: [0133815617.pdf \(pearsonhighered.com\)](https://www.pearsonhighered.com/0133815617.pdf)
5. BRAUN, V., a CLARKE, V. Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology* [online]. 2006, 3(2), 77-101 [cit. 2024-03-31]. Dostupné z: DOI: 10.1191/1478088706qp063oa
6. BUDAK, G., KARA, İ., İÇ, Y. T., a KASIMBEYLI, R. Optimization of harmony in team formation problem for sports clubs: a real-life volleyball team application. *International Journal of Applied Science and Technology* [online]. 2018, 8(2) [cit. 2024-01-14]. Dostupné z: doi:10.30845/ijast.v8n2p2
7. CARRON, A. V., a SPINK, K. S. The group size-cohesion relationship in minimal groups. *Small Group Res.* [online]. 1995, 26(1) [cit. 2024-01-14]. Dostupné z: doi: 10.1177/1046496495261005
8. CARVER CHARLES S., CONNOR-SMITH J. Personality and Coping, Annual Review of Psychology [online]. 2010, 61(1), 679-704 [cit. 2024-01-14]. Dostupné z: <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.093008.100352>

9. CILLIERS, ELIZELLE. The challenge of teaching generation Z. *PEOPLE: International Journal of Social Sciences* [online]. 2017, **3**(1), 188-198 [cit. 2024-30-06]. Dostupné z: [10.20319/pijss.2017.31.188198](https://doi.org/10.20319/pijss.2017.31.188198).
10. CUNNINGHAM, I. J., a EYS, M. A. Role ambiguity and intra-team communication in interdependent sport teams. *Journal of Applied Social Psychology* [online]. 2007, **37**(10) [cit. 2024-01-14]. Dostupné z doi: [10.1111/j.1559-1816.2007.00256.x](https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.2007.00256.x)
11. ČERNÁ, A. Vývoj a postavení beachvolejbalu v českém prostředí. Diplomová práce. Praha: Univerzita Karlova, Fakulta tělesné výchovy a sportu, 2014. Dostupné z: https://dspace.cuni.cz/bitstream/handle/20.500.11956/72301/DPTX_2012_1_115_10_0_340894_0_125413.pdf?sequence=1&isAllowed=y [citováno 2024-06-14].
12. ČVS. ČVS – Český volejbalový svaz [online]. Dostupné z: <http://www.cvf.cz/souteze/>
13. ČVS. Hrací řád [online]. Dostupné z: https://www.cvf.cz/dokumenty/download/03_Celost%3%A1tn%3%AD%20sout%4%9B%C5%BEe/3-05_Beachvolejbalov%3%A9%20sout%4%9B%C5%BEe/2023_LEG_Hraci_rad_2023_v2.pdf
14. FIVB. FIVB – Fédération Internationale de volleyball [online]. Dostupné z: [Beach Volleyball – FIVB](#)
15. DAVIS, H. Criterion validity of the athletic motivation inventory. *Journal of Applied Sport Psychology* [online]. 1991, **3** (2) [cit. 2024-01-14]. Dostupné z: doi: [10.1080/10413209108406442](https://doi.org/10.1080/10413209108406442)
16. DECI, E. L. a RYAN M. R. The "What" and "Why" of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior. *Psychological Inquiry* [online]. 2000, **11**(4), 227-268 [cit. 2023-05-30]. ISSN 1047-840X. Dostupné z: doi:[10.1207/S15327965PLI1104_01](https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01).
17. DÍAZ, S. C., LÓPEZ, L. M. Y RONCALLO, L. L. Entendiendo las generaciones: una revisión del concepto, clasificación y características distintivas de los Baby Boomers, X Y Millennials. *Clío América* [online]. 2017 **11**(22), 188-204 [cit. 2024-30-06]. Dostupné z: Doi:[10.21676/23897848.2440](https://doi.org/10.21676/23897848.2440)

18. DIGMAN JM. Personality structure: emergence of the five-factor model. *Annual Review of Psychology*[online]. 1990, vol. 41:417–40 [cit. 2024-01-14]. Dostupné z: <https://doi.org/10.1146/annurev.ps.41.020190.002221>
19. DIRKS, K. T. Trust in leadership and team performance: Evidence from NCAA basketball. *Journal of Applied Psychology*[online]. 2000, **85**(6), 1004–1012 [cit. 2024-30-06]. Dostupné z: <https://doi.org/10.1037/0021-9010.85.6.1004>
20. DONNELLY, J. H., GIBSON, J., L., IVANCEVICH, J., M. Management, 1997. ISBN 80-716-9422-3.
21. DUDA, J. L. The conceptual and empirical foundations of Empowering Coaching™: Setting the stage for the PAPA project. *International Journal of Sport and Exercise Psychology* [online]. 2013, **11**(4), 311–318. Dostupné z: <https://doi.org/10.1080/1612197X.2013.839414>
22. DUDA, J. L., CHI, L., NEWTON, M. L., WALLING, M. D., & CATLEY, D. Task and ego orientation and intrinsic motivation in sport. *International Journal of Sport Psychology* [online]. 1995, **26**(1), 40–63.
23. DWECK, C. S. Nastavení mysli: nová psychologie úspěchu, aneb, naučte se využít svůj potenciál. Vydání druhé, aktualizované. V Brně: Jan Melvil Publishing, 2017. Žádná velká věda. ISBN 978-80-7555-032-3.
24. DWECK, C. S., a YEAGER, D. S. Mindsets: A View From Two Eras. *Perspectives on Psychological Science* [online]. 2019, **14**(3), 481-496. <https://doi.org/10.1177/1745691618804166>
25. DŽAVORONOK, M. a KAPLAN, O. *Plážový volejbal*. Praha: 2000.
26. GAGNÉ, M., a DECI, E.L. Self-determination theory and work motivation. *Journal of Organization Behavior*[online]. 2005, **26**(4) [cit. 2023-10-15]. ISSN:1099-1379. Dostupné z: <https://doi.org/10.1002/job.322>
27. CHOI, H., PARK, J. A., a KIM, Y. Decreasing aggression through team communication in collegiate athletes. *Sustainability* [online]. 2019, **11**(20) [cit. 2024-01-14]. Dostupné z doi: 10.3390/su11205650
28. JACKSON, B., DIMMOCK, J. A., GUCCIARDI, D. F., a GROVE, J. R. Relationship commitment in athletic dyads: actor and partner effects for big five self- and other-

- ratings. *Journal of Research of Personality* [online]. 2010, **44**(1) [cit. 2024-01-14]. Dostupné z: doi: 10.1016/j.jrp.2010.08.004
29. JACKSON, B., DIMMOCK, J. A., GUCCIARDI, D. F., a GROVE, J. R. Personality traits and relationship perceptions in coach–athlete dyads: do opposites really attract? *Psychology of Sport and Exercise* [online]. 2011, **11**(6) [cit. 2024-01-14]. Dostupné z: doi: 10.1016/j.psychsport.2010.11.005
30. KARAGEORGHIS, C. I., MOUCHLIANITIS, E., PAYRE, W., KUAN, G., HOWARD, L. W., REED, N., HOWARD, L. W., PARKES, A. M. Psychological, psychophysiological and behavioural effects of participant-selected vs. researcher-selected music in simulated urban driving. *Applied ergonomics* [online]. 2021, 96:103436 [cit. 2024-01-14]. Dostupné z: doi: 10.1016/j.apergo.2021.103436
31. KLATT, S., RÜCKEL Lisa-Marie, WAGENER S., NOËL B. Personality Traits and Emotion Regulation Styles of Elite Beach Volleyball Dyads: Examination of Intra-Team Differences, Performance. *Frontiers in Psychology* [online]. 2021, vol. 12 [cit. 2023-11-18]. ISSN=1664-1078. Dostupné z: DOI=10.3389/fpsyg.2021.719572
32. KNOBLOCHOVÁ, M., MUDRÁK, J., a SLEPIČKA, P. Achievement goal orientations, sport motivation and competitive performance in beach volleyball players, *Acta Gymnica* [online]. 2021, 51, e2021.016 [cit. 2023-11-19]. Dostupné z: <https://doi.org/10.5507/ag.2021.016>
33. KWAN L. Y. -Y., HUNG Y. S., LAM L. How Can We Reap Learning Benefits for Individuals With Growth and Fixed Mindsets?: Understanding Self-Reflection and Self-Compassion as the Psychological Pathways to Maximize Positive Learning Outcomes. *Frontiers in Education* [online]. 2022, vol. 7 [cit. 2023-12-23]. ISSN=2504-284X. Dostupné z: DOI=10.3389/feduc.2022.800530
34. MACH, M., DOLAN, S. a TZAFRIR, S. The differential effect of team members' trust on team performance: The mediation role of team cohesion. *Journal of Occupational and Organizational Psychology* [online]. 2010, **83** (3) [cit. 2024-03-16]. Dostupné z: <https://doi.org/10.1348/096317909X473903>
35. MAYER, R. C., DAVIS, J. H., a SCHOORMAN, F. D. An Integrative Model of Organizational Trust. *The Academy of Management Review* [online]. 1995, **20**(3), 709–734 [cit. 2024-03-16]. Dostupné z: <https://doi.org/10.2307/258792>

36. MCCRAE, R. R., a COSTA, P. T., JR. *Personality in adulthood: A five-factor theory perspective*. 2., aktualiz. vyd. Guilford Press (2003). ISBN 9781593852603. Dostupné také z: <https://doi.org/10.4324/9780203428412>
37. MEMMERT, D., PLESSNER, H., HÜTTERMANN, S., FROESE, G., PETERHÄNSEL, C., a UNKELBACH, C. Collective fit increases team performances: extending regulatory fit from individuals to dyadic teams. *Journal of Applied Social Psychology* [online]. 2015, **45**(5) [cit. 2024-01-14]. Dostupné z: doi: 10.1111/jasp.12294
38. MORAIS FREIRE, G.L., ANDRADE DO NASCIMENTO JUNIOR, J.R., CRONIN, L.D., FIORESE, L. An investigation of basic needs satisfaction as a mediator of the associations between coach autonomy support and participant's life skills development in sport. *International Journal of Sport Psychology* [online]. 2023, **54**(3), 209-226 [cit. 2023-11-19]. Dostupné z: doi:10.7352/IJSP.2023.54.209
39. NAKONEČNÝ, M. Encyklopedie obecné psychologie. 2., rozš. vyd., v Akademii vyd. 1. (1. vyd. v nakl. Vodnář pod náz. Lexikon psychologie). Praha: Academia, 1997. ISBN 80-200-0625-7
40. POCZWARDOWSKI A, LAMPHERE B., ALLEN K., MARICAN R. a HABERL P. The 5C's Model of Successful Partnerships in Elite Beach Volleyball Dyads, *Journal of Applied Sport Psychology* [online]. 2020, **32**(5) [cit. 2023-11-18]. Dostupné z: DOI: 10.1080/10413200.2019.1573205
41. RHODES, R. E., a SMITH, N. E. I. Personality correlates of physical activity: a review and meta-analysis. *British journal of sports medicine* [online]. 2006, **40**(12), 958-65 [cit. 2024-01-14]. Dostupné z: doi: 10.1136/bjism.2006.028860
42. RYAN, S., GRUBE, D., MAINA, M., STEINEL, A. An Introduction to Beach Volleyball. *A Journal for Physical and Sport Educators* [online]. 2024, **37**(1) 16–19. [cit. 2024-06-18] Dostupné z: DOI: 10.1080/08924562.2023.2276456.
43. SHEARD, M., a GOLBY, J. Personality hardiness differentiates elite-level sport performers. *International Journal of Sport and Exercise Psychology* [online]. 2010, **8**(2) [cit. 2024-01-14]. Dostupné z doi: 10.1080/1612197x.2010.9671940
44. SHUAI Y., WANG S., LIU X., KUEH YC., KUAN G., The influence of the five-factor model of personality on performance in competitive sports: a review. *Frontiers*

- in Psychology* [online]. 2023, 14:14:1284378 [cit. 2024-01-09]. Dostupné z: doi: 10.3389/fpsyg.2023.1284378
45. SUTIN, A. R., STEPHAN, Y., LUCHETTI, M., ARTESE, A., OSHIO, A., a TERRACCIANO, A. The five-factor model of personality and physical inactivity: a meta-analysis of 16 samples. *Journal of Research in Personality* [online]. 2016, 63, 22–28 [cit. 2024-01-14]. Dostupné z: doi: 10.1016/j.jrp.2016.05.001
46. TOMCZAK, M., WALCZAK, M., KLEKA, P., WALCZAK, A., & BOJKOWSKI, Ł. Psychometric properties of the Polish Version of Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire (TEOSQ). *International Journal of Environmental Research and Public Health* [online]. 2020a, 17(10) [cit. 2024-01-14]. Dostupné z: <https://doi.org/10.3390/ijerph17103593>
47. TOMCZAK, M., WALCZAK, M., KLEKA, P., WALCZAK, A., & BOJKOWSKI, Ł. The measurement of goal orientation in sport: Psychometric properties of the Polish Version of the Perception of Success Questionnaire (POSQ). *International Journal of Environmental Research and Public Health* [online]. 2020b 17(18) [cit. 2024-01-14]. Dostupné z: <https://doi.org/10.3390/ijerph17186641>
48. VAN DEN BERG, Monika. Jak se vzájemně chápat: generace X, Y, Z. 1. vyd. Havlíčkův Brod: Grada Publishing, a.s., 2020. 232. ISBN 978-80-247-2139-2.
49. WHETTEN, D., a CAMERON, K. Developing Management Skills. 8., aktualiz. vyd. Pearson Education 2016, ISBN: 978-0-13-612100-8 Dostupné z: https://faculty.ksu.edu.sa/sites/default/files/developing_management_skills-8th_edition.pdf
50. WIDMEYER, W. N., BRAWLEY, L. R., a CARRON, A. V. The Effects of Group Size in Sport. *Journal of Sport Exercice Psychology* [online]. 1990, 12(2) [cit. 2024-01-14]. Dostupné z: doi: 10.1123/jsep.12.2.177
51. WU, X., KONRAD, A.M. Does age diversity benefit team outcomes, if so, when and how? A moderated mediation model. *Current Psychology* [online]. 2023, 42(1) 23874–23890 [cit. 2024-18-06]. Dostupné z: <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03527-8>

SEZNAM OBRÁZKŮ

Obrázek 1: Sebedeterminační kontinuum.....	18
Obrázek 2: Mezilidské složky v beachvolejbalovém týmu.....	27

Příloha č. 1

UNIVERZITA KARLOVA
FAKULTA TĚLESNÉ VÝCHOVY A SPORTU
Josef Martího 31, 162 52 Praha 6-Vešelavín

Žádost o vyjádření Etické komise UK FTVS

k projektu výzkumné, kvalifikační či seminární práce zahrnující lidské účastníky

Název projektu: Psychosociální aspekty ovlivňující vztahy v ženských beachvolejbalových týmech v České republice.

Forma projektu: výzkumná práce–bakalářská práce

Období realizace: únor 2024– červen 2024

Předkladatel: Barbora Teplá, UK FTVS, katedra společenskovedního základu v kinantropologii

Hlavní řešitel: Barbora Teplá, UK FTVS, katedra společenskovedního základu v kinantropologii

Místo výzkumu (pracoviště): Veřejná místa vyhovující této formě sběru dat na veřejných neutrálních místech v okolí pracovišť účastníků výzkumu

Vedoucí práce: Mgr. Michaela Sedláčková Knoblochová, UK FTVS, katedra společenskovedního základu v kinantropologii

Popis projektu: Cílem projektu je zjistit, jaké psychosociální aspekty negativně ovlivňují vztah v beachvolejbalovém týmu, a naopak jaké aspekty jsou hráčkami vnímány jako nejdůležitější k co nejlepšímu a nejdélšímu působení beachvolejbalového týmu. Projekt zahrnuje sběr dat ve formě polostrukturovaného rozhovoru. Veškeré šetření s probandy realizuje hlavní řešitelka osobně či příležitostně ve formě videohovorů. Rozhovory budou nahrávány na mobilní telefon a bude pořízen zvukový záznam. Metodologicky je výzkum zpracován kvalitativní formou.

Charakteristika účastníků výzkumu: Zkoumáno bude 4-6 bývalých aktivních hráček beachvolejbalu, narozených od roku 1981 do roku 1999, které odehrály alespoň 8-10 celostátních bodovaných turnajů ABV ČVS v jedné sezóně s jednou spoluhráčkou. Sezóna probíhá v období od měsíce dubna do měsíce září. Výzkumu se nezúčastní osoby s akutním onemocněním (zejména infekčním). Pro výběr účastníků, kteří splňují výše uvedená kritéria byla použita metoda účelového výběru. Metodou náhodného výběru byla hráčka oslovena vedoucí práce, která je bývalou aktivní hráčkou beachvolejbalu nejvyšší české soutěže, kde se s respondentkami setkávala, a má na ně vlastní kontakt. Dále byla použita metoda Snowball Sampling na oslovení dalších probandů.

Zajištění bezpečnosti: Jedná se o neinvazivní výzkumnou metodu, zprostředkovanou pomocí polostrukturovaného rozhovoru. Rizika nebudou vyšší než běžně očekávaná rizika v rámci tohoto výzkumu.

Etické aspekty výzkumu: Účastníci nebudou vybíráni z vulnerabilních skupin.

Potenciální střet zájmů: Zkoumaným subjektem budou hráčky beachvolejbalu, které již nejsou aktivními hráčkami beachvolejbalu, a navíc nebudou zkoumat žádný tým, ve kterém jsem sama hrála. Jedná se tedy o data, která nebudou moji ani jinou osobou manipulována ani zneužita. Z provedení výzkumu nebudou mít žádné benefity. Data budou anonymizována a v maximální míře zajistím jejich nezneužití.

Ochrana osobních dat: Data budou shromažďována a zpracována v souladu s pravidly vymezenými nařízením Evropské Unie č. 2016/679 a zákonem č. 110/2019 Sb., o zpracování osobních údajů. Budou získávány následující osobní údaje: pohlaví, věk, rodinný stav, odpovědi na otázky, které budou bezpečně uchovány pod heslem zajištěním počítači v uzamčeném prostoru, přístup k nim bude mít pouze hlavní řešitelka Barbora Teplá a vedoucí práce Mgr. Michaela Sedláčková Knoblochová. Názvy klubů nebudou uváděny. Uvědomuji si, že text je anonymizován, neobsahuje-li jakékoli informace, které jednotlivě či ve svém souhrnu mohou vést k identifikaci konkrétní osoby – buď dhat na to, aby jednotliví účastníci nebyli rozpoznatelní v textu práce. Osobní data, která by vedla k identifikaci účastníků výzkumu, budou do jednoho dne po testování anonymizována. Získaná data budou zpracovávána, bezpečně uchována a publikována v anonymní podobě v bakalářské práci, případně v odborných časopisech, monografiích a prezentována na konferencích, případně budou využita při další výzkumné práci na UK FTVS.

Audio nahrávky: Rozhovor bude nahrán hlavním řešitelem na mobilní telefon, bezprostředně poté bude nahrán do počítače a z mobilního telefonu smazán. Po přepsání rozhovoru a anonymizaci osobních dat bude nahrávka smazána do týdne od jejího pořízení. Neanonymizovaná nahraná verze rozhovoru bude bezpečně uchována pouze u hlavního řešitele pod heslem zajištěním počítači a nebude nikde zveřejňována. Po přepsání bude účastníkům výzkumu text předložen ke schválení. Zveřejněny budou pouze přepsané anonymizované a účastníkem schválené rozhovory či jejich části.

UNIVERZITA KARLOVA
FAKULTA TĚLESNÉ VÝCHOVY A SPORTU
Josef Martího 31, 162 52 Praha 6-Vešelavín

Pořizování fotografií/videí/audí nahrávek účastníků:
Během výzkumu nebudou pořizovány žádné fotografie ani videozáznamy.

V maximální možné míře zajistím, aby získaná data nebyla zneužita.

Text informovaného souhlasu (IS): přiložen

Povinností všech účastníků výzkumu na straně řešitele je chránit život, zdraví, důstojnost, integritu, právo na sebestužení, soukromí a osobní data zkoumaných subjektů, a podniknout k tomu veškerá preventivní opatření. Odpovědnost za ochranu zkoumaných subjektů leží vždy na účastnících výzkumu na straně řešitele, nikdy na zkoumaných, byť dali svůj souhlas k účasti na výzkumu. Všichni účastníci výzkumu na straně řešitele musí brát v potaz etické, právní a regulační normy a standardy výzkumu na lidských subjektech, které platí v České republice, stejně jako ty, jež platí mezinárodně. Potvrzují, že tento popis projektu odpovídá návrhu realizace projektu a že při jakékoli změně projektu, zejména použitých metod, zašlu Etické komisi UK FTVS revidovanou žádost.

V Praze dne: 5. 2. 2024

Podpis předkladatele:

Datum a podpis odpovědného pracovníka z místa výzkumu:

Vyjádření Etické komise UK FTVS

Složení komise: Předsedkyně: doc. PhDr. Irena Parry Martinková, Ph.D.
Členové: prof. MUDr. Jan Heller, CSc. Mgr. Eva Prokešová, Ph.D.
prof. PhDr. Pavel Šlepička, DrSc. Mgr. Tomáš Ruda, Ph.D.
PhDr. Pavel Hráský, Ph.D. MUDr. Simona Majorová

Projekt práce byl schválen Etickou komisí UK FTVS pod jednacím číslem:

dne: 132/2023
11. 2. 2024

Etická komise UK FTVS zhodnotila předložený projekt a neshledala rozpory s platnými zásadami, předpisy a mezinárodními směrnici pro provádění výzkumu zahrnujícího lidské účastníky.

Řešitel projektu splnil podmínky nutné k získání souhlasu Etické komise UK FTVS.

UNIVERZITA KARLOVA
Fakulta tělesné výchovy a sportu
Josef Martího 31, 162 52, Praha 6
- 20 -

podpis předsedkyně EK UK FTVS

Příloha č. 2

UNIVERZITA KARLOVA
FAKULTA TĚLESNÉ VÝCHOVY A SPORTU
Josef Martího 31, 162 52 Praha 6-Vešelavín

INFORMOVANÝ SOUHLAS k žádosti 232/2023

Vážená paní,

v souladu se Všeobecnou deklarací lidských práv, nařízením Evropské Unie č. 2016/679 a zákonem č. 110/2019 Sb. – o zpracování osobních údajů a dalšími obecně závaznými právními předpisy (jakož jsou zejména Helsinská deklarace, přijatá 18. Světovým zdravotnickým shromážděním v roce 1964 ve znění pozdějších změn (Fortaleza, Brazílie, 2013); Zákon o zdravotních službách a podmínkách jejich poskytování (zejména ustanovení § 28 odst. 1 zákona č. 372/2011 Sb.) a Úmluva o lidských právech a biomedicíně č. 96/2001, jsou-li aplikovatelné), Vás žádám o souhlas s Vaší účastí ve výzkumném projektu na UK FTVS v rámci *bakalářské práce* s názvem „Psychosociální aspekty ovlivňující vztahy v ženských beachvolejbalových týmech v České republice“ prováděné na veřejných neutrálních a bezpečných místech v okolí pracovišť účastníků výzkumu (kavárny apod.) či online.

1. Projekt bude probíhat v období: únor 2024–červen 2024
2. Cílem výzkumného projektu je získat informace o tom, jaké psychosociální aspekty negativně ovlivňují vztah v beachvolejbalovém týmu, a naopak jaké aspekty jsou hráčkami vnímány jako nejdůležitější k co nejlepšímu a nejdelšímu působení beachvolejbalového týmu.
3. Způsob zásahu bude neinvazivní. Budete se účastnit polostrukturovaného rozhovoru vedeného hlavní řešitelkou výzkumu, která bude rozhovor nahrávat na mobilní telefon.
4. Časová náročnost projektu: Polostrukturovaný rozhovor bude prováděn pouze jednou a bude trvat přibližně 45 minut.
5. Rizika výzkumného projektu nebudou vyšší než rizika běžně očekávaná u tohoto typu výzkumu.
6. Přínosem tohoto výzkumného projektu pro Vás, v případě zájmu, může být individuální závěrečná zpráva vytvořená ze získaných dat.
7. Vaše účast v projektu je dobrovolná a nebude finančně ohodnocena.
8. Data budou shromažďována a zpracována v souladu s pravidly vymezenými nařízením Evropské Unie č. 2016/679 a zákonem č. 110/2019 Sb., o zpracování osobních údajů. Budou získávány následující osobní údaje: pohlaví, věk, rodinný stav, odpovědi na otázky, které budou bezpečně uchovány pod heslem zajištěným počítači v uzamčeném prostoru, přístup k nim bude mít pouze hlavní řešitelka Barbora Teplá a vedoucí práce Mgr. Michaela Sedláčková Knoblochová. Názvy klubů nebudou v publikovaných pracích uváděny. Uvědomuji si, že text je anonymizován, neobsahuje-li jakékoli informace, které jednotlivě či ve svém souhrnu mohou vést k identifikaci konkrétní osoby – budu dbát na to, aby jednotliví účastníci nebyli rozpoznatelní v textu práce. Osobní data, která by vedla k identifikaci účastníků výzkumu, budou do jednoho dne po testování anonymizována. Získaná data budou zpracovávána, bezpečně uchována a publikována v anonymní podobě v bakalářské práci, případně v odborných časopisech, monografiích a prezentována na konferencích, případně budou využita při další výzkumné práci na UK FTVS.
9. V průběhu výzkumu nebudou pořizovány fotografie ani videa. Pořizovány budou pouze audionahrávky. Rozhovor bude nahrán hlavním řešitelem na mobilní telefon, bezprostředně poté bude nahrán do počítače a z mobilního telefonu smazán. Po přepsání rozhovoru a anonymizaci osobních dat bude nahrávka smazána do týdne od jejího pořízení. Neanonymizovaná nahraná verze rozhovoru bude bezpečně uchována pouze u hlavního řešitele pod heslem zajištěným počítači a nebude nikde zveřejňována. Po přepsání bude účastníkům výzkumu text předložen ke schválení. Zveřejněny budou pouze přepsané anonymizované a účastníkem schválené rozhovory či jejich části.
10. S celkovými výsledky a závěry výzkumného projektu se můžete seznámit v bakalářské práci ve studentském informačním systému (SIS), nebo na e-mailové adrese: barbora.tepla@post.cz.
11. V maximální možné míře zajistím, aby získaná data nebyla zneužita.

UNIVERZITA KARLOVA
FAKULTA TĚLESNÉ VÝCHOVY A SPORTU
Josef Martího 31, 162 52 Praha 6-Vešelavín

Jméno a příjmení předkladatele a hlavního řešitele projektu: Barbora Teplá

Jméno a příjmení osoby, která provedla poučení: Barbora Teplá Podpis:.....

Prohlašuji a svým níže uvedeným vlastnoručním podpisem potvrzuji, že dobrovolně souhlasím s účastí ve výše uvedeném projektu a že jsem měl(a) možnost si řádně a v dostatečném čase zvážit všechny relevantní informace o výzkumu, zeptat se na vše podstatné týkající se účasti ve výzkumu a že jsem dostal(a) jasné a srozumitelné odpovědi na své dotazy. Byl(a) jsem poučen(a) o právu odmítnout účast ve výzkumném projektu nebo svůj souhlas kdykoli odvolat bez represí, a to písemně Etické komisi UK FTVS, která bude následně informovat předkladatele projektu. Dále potvrzuji, že mi byl předán jeden originál vyhotovení tohoto informovaného souhlasu.

Místo, datum

Jméno a příjmení účastníka Podpis:

Souhlasím s textem přepsaného a anonymizovaného rozhovoru v rámci výše uvedeného výzkumu.

Místo, datum

Jméno a příjmení účastníka Podpis:

Příloha č. 3

Osobnostní dotazník BIG5

Hřebíčková, M., Jelínek, M., Blatný, M., Brom, C., Burešová, I., Graf, S., ... & Zábrodská, K. (2016). Big Five Inventory: Základní psychometrické charakteristiky české verze BFI-44 a BFI-10. *Ceskoslovenska psychologie*, 60(6).

Dimenze: Openness
Conscientiousness
Extroversion
Agreeableness
Neuroticism

Následující vlastnosti mohou nebo nemusí vystihovat Vaši osobnost. Označte prosím, do jaké míry souhlasíte nebo nesouhlasíte s každým z následujících tvrzení.

Vidím sám (sama) sebe jako někoho, kdo...		Rozhodně nesouhlasím	Spíše nesouhlasím	Ani nesouhlasím, ani souhlasím	Spíše souhlasím	Rozhodně souhlasím
1	...je zdrženlivý/á.	0	1	2	3	4
2	...je obvykle důvěřivý/á.	0	1	2	3	4
3	...má sklony k lenosti.	0	1	2	3	4
4	...je uvolněný/á, dobře zvládá stres.	0	1	2	3	4
5	...kdo se o umění příliš nezajímá.	0	1	2	3	4
6	...je družný/á, společenský/á.	0	1	2	3	4
7	...má sklon hledat na druhých chyby.	0	1	2	3	4
8	...dělá svou práci důkladně.	0	1	2	3	4
9	...snadno znervózní.	0	1	2	3	4
10	...má živou představivost.	0	1	2	3	4