

**UNIVERZITA KARLOVA**

**Fakulta humanitních studií**

Komodifikace těla vrcholového atleta

Bakalářská práce

Štěpán Hampel

Vedoucí diplomové práce: PhDr. Marek Halbich, Ph.D.

Datum vypracování práce: 25. 6. 2024

## **Prohlášení**

1. Prohlašuji, že jsem předkládanou práci zpracoval samostatně a použil jen uvedené prameny a literaturu.
2. Prohlašuji, že práce nebyla využita k získání jiného titulu.
3. Souhlasím s tím, aby práce byla zpřístupněna pro studijní a výzkumné účely.

V Praze dne 25. 6. 2024

.....

Podpis autora práce

## Obsah

Úvod .....	6
I. Teoretická část.....	8
II. Komodifikace sportovního prostředí .....	8
III. Bolest.....	13
IV. Sportovní organizace .....	18
V. Empirická část .....	22
VI. Krok do světa seniorské atletiky .....	26
VII. Atlet a jeho souboj s bolestí .....	30
VIII. Vnější faktory formující kariéru atletů .....	43
Závěr .....	48

## **Abstrakt**

Ve své bakalářské práci jsem se rozhodl věnovat tématice komodifikace ve vrcholové atletice. Text představuje projekt kvalitativního výzkumu, který se zaměřuje na problematiku spojenou s komodifikací těla u vrcholového atleta, jako je bolest, vnější činitelé působící na atleta, nebo zvládání změn v atletickém prostředí. Výzkumný problém zdůrazňuje potřebu pro větší uvědomění tohoto tématu. Bakalářská práce dokazuje, že s atlety by mělo být zacházeno jako s lidskými bytostmi, nikoli jako se zbožím, které je nakupováno, prodáváno a zároveň dodává, že by vrcholová střediska měla převzít větší zodpovědnost za zdraví a pohodu jejich atletů. Na výzkum jsem nahlížel nezaujatě a snažil jsem se dodržet veškerá pravidla etiky v kvalitativním výzkumu. V teoretické části jsou představeny pojmy, které se k mé práci vztahují. Výzkumní partneři a partnerky jsou vrcholoví atleti, trenéři a fyzioterapeuti ve věkovém rozmezí 23-67 let v prostředí profesionální atletiky. Data byla nasbírána rozhovory a následně analyzována, což je popsáno v části empirické.

**Klíčová slova:** komodifikace, tělo, atlet, bolest

## **Abstract**

In my bachelor thesis I decided to focus on the topic of commodification in elite athletics. The text presents a qualitative research project that focuses on issues related to body commodification in the elite athlete, such as pain, external factors affecting the athlete, or coping with changes in the athletic environment. The research problem highlights the need for greater awareness of this topic. The undergraduate thesis demonstrates that athletes should be treated as human beings, not as commodities to be bought and sold, and adds that senior centres should take more responsibility for the health and wellbeing of their athletes. I have taken an unbiased view of the research and have tried to follow all the rules of ethics in qualitative research. The theoretical section introduces the concepts that apply to my work. The research partners are elite athletes, coaches and physiotherapists ranging in ages from 23-67 in a professional athletics environment. Data was collected through interviews and subsequently analysed, which is described in the empirical section.

**Keywords:** commodification, body, athlete, pain

## Úvod

Moje práce se bude zabývat komodifikací těla u vrcholového atleta, toto téma je mi velmi blízké, protože jsem se pohyboval v prostředí vrcholové profesionální atletiky.

Atletiku jsem začal dělat ve svých 13 letech. Ve svých 15 letech jsem získal svůj první titul mistra České republiky na 150 metrů v žákovské kategorii. Od té doby jsem sklízel jeden úspěch za druhým. V juniorských kategoriích nejkratších sprintů jsem si z Mistrovství České republiky odvezl vždy nějakou medaili. Zároveň jsem plnil limity na vrcholné akce, jakými jsou například Evropský olympijský festival mládeže v Gruzii 2015, Mistrovství Evropy juniorů v Grossetu 2017 či Mistrovství světa Juniorů v Tampere z roku 2018, kde jsem získal svůj dosud největší úspěch a tím je 5. místo na Mistrovství světa. Vzhledem k mým velmi dobrým výsledkům jsem měl možnost pohybovat se na špičce tohoto sportu. V roce 2020 jsem přestoupil do Prahy k profesionálnímu trenérovi na poloviční úvazek a v roce 2021 jsem na základě splnění dalších výkonnostních limitů, jakými bylo například Halové mistrovství Evropy mužů v Toruni, dostal nabídku práce na plný úvazek. Měl jsem tak možnost trénovat po boku těch nejlepších atletů v České republice a v té době jsem byl schopen jim výkonnostně konkurovat.

V roce 2022 mě však na několik měsíců vyřadila zdravotní komplikace. Má pracovní smlouva na plný úvazek nebyla prodloužena, rozpadla se naše tréninková skupina a každý šel svou cestou. Mně nezbývalo nic jiného než rovněž přestoupit do jiné tréninkové skupiny a jiného oddílu. V novém prostředí jsem se nebyl schopný dostat na úroveň, na které jsem byl v roce 2021 a má vrácená se zdravotní komplikace, zánět třísla, mě na tři měsíce opět vyřadila z tréninku. V roce 2023 jsem se pokusil o návrat, ale bohužel už to nebylo jako roky předtím a spíše než že by mě sport naplňoval, tak mi ubližoval, a to nejen po fyzické stránce, ale i po psychické. Po dlouhé snaze se ještě udržet v prostředí profesionální atletiky jsem se nakonec rozhodl pro ukončení své atletické kariéry.

V teoretické části se zaměřuji na komodifikaci ve sportu a ukazuji, jak se sport postupně vyvíjel, a jak se dostal do konzumní společnosti. Dále jsem se věnoval tématu bolesti, jakým způsobem ke sportu patří a poukazuji na problémy, které vytváří. V poslední kapitole se zabývám sportovními organizacemi a jejich vlivem na elitní sportovce. Pro téma čerpám především z odborné literatury zaměřené na sport, sociologii a antropologii.

V empirické části se pomocí polostrukturovaných rozhovorů s profesionálními atlety, trenéry a fyzioterapeuty pokouším přijít na klíč k výzkumným otázkám. Z důvodu přesnějších informací o daném tématu jsem se rozhodl, že dialogy povedu se sportovními profesionály

v rozmezí 23-67 let. Při analýze rozhovorů jsem se snažil dodržet nezaujatý pohled na danou problematiku a dbát na etiku kvalitativního výzkumu.

## I. Teoretická část

V následujících kapitolách a podkapitolách nastíním, na jakém základě se má práce bude stavět. Zamyslím se nad otázkou, co je to vůbec sport, co je to komodifikace a jakým způsobem spolu tyto dvě věci souvisí. Další problematikou, na kterou se chci zaměřit, je bolest, které jsem se ve své práci věnoval nejšířěji. Zmíním jednotlivé druhy bolesti, a jak se sportem souvisí. V poslední kapitole se budu zabývat sportovními organizacemi a pokusím se ukázat i další jiné vnější činitele, které mají vliv na elitního sportovce.

## II. Komodifikace sportovního prostředí

### 2.1 Co je to sport?

Sport je lidská činnost, která dokáže spojit lidské emoce, politiku, peníze a morálku. Je to činnost, která se děje po celém světě, spojuje lidi a vytváří mezi nimi hranice a zároveň udržuje společný pocit jednoho národu či státu. Historie sportu sahá až do starověku, a již tehdy vyvolával témata, kterými se lidstvo zabývá dosud. Ve Starověkém Řecku se konaly Olympijské hry, kde se utkávaly jednotlivé státy, některé z nich byly dokonce zneprátelené. Po čas Olympijských her však musely dodržovat mír a pravidla her chránily před politickým zasahováním. V dnešní době se sporty od sebe velmi liší. Ve srovnání se Starověkem, kde mohlo být používáno násilí, se v dnešní době násilí provozuje jen v málo sportech. Pokud dojde v současné době k úmrtí sportovce, je zapříčiněno spíše nějakou nehodou.

Samotný pojem sportu se k nám dostal z Velké Británie v polovině 19. století. Historické a antropologické poznatky, ukázaly, že sport byl řízen elity. Pomocí tohoto řízení si upevňovali své postavení na společenském žebříčku. Možný sestup dolů by byl považován za prohru v tomto specifickém „souboji“. Pokud se bavíme o harmonické společnosti, je možné ve sportu upřednostňovat remízu. Veškeré sportovní dění je ovlivněno politickými i kulturními předpoklady (Besnier, 2017: 1-5).

Pokud se na problematiku definice sportu podíváme i z jiné strany než jen z té politické a kulturní, lze chápat sport jako rituál. Rituál, který je spojen například se svátky plodnosti nebo dalšími náboženskými obřady. Je možné, že právě sport může být dědictvím těchto rituálů. Můžeme ho také chápat jako prostředek k uspokojení potřeb jednotlivců a sociálních potřeb komunity. Lze to spojit se sociální teorií Emila Durkheima a idejemi Ervinga Goffmana, které pojednávají o každodenních interakcích jako důležitých sociálních potřebách. Durkheimova myšlenka rituálu se zabývá především událostí, která je poctou pro posvatné hodnoty, utváří se prostřednictvím obřadních rituálů a je velmi důležitá pro hodnoty,



kteře spojují komunitu. Goffmanova se zabývá pak hodnotami, které jsou spojeny s obyčejnou každodenní poctou. Jedná se spíše o soukromý akt, ale stejně zde hraje velký význam pro společenství.

Jakmile se tyto dvě ideje spojí, vznikne z toho jedinec, který se nachází v různých specifických situacích a je hlavním aktérem komunitních obřadů. Jakmile se teze jako je tato aplikuje na sportovní činnost, lze říci, že rituální význam je uložen ve společensky uznávaných atributech a sportovec jako takový nese tyto uznávané atributy. Jakmile se pak dostane na veřejnost, je sportovec uznávaný, měla by mu být projevována úcta a obdiv. Na druhou stranu, jakmile sportovec tyto atributy nenese, tak se na něj pohlíží neuctivě a s pohrdáním (Birrel, 1981: 354-373).

Další teorií, která souvisí se sportem jako rituálem je od Cliforda Geertze z článku: „*Deep Play: Notes on Bali Cockfight*“. Jedná se o antropologický výzkum kohoutích zápasů na Bali. Kohoutí zápasy zde symbolizují hierarchizaci mužů ve společnosti. Čím vyšší postavení muži při hře mají, tím má hra pro muže větší význam. Při kohoutích zápasech muži sázeli na svoje favority a okolo her se točily velké sumy peněz (Besnier, 2017: 35-38).

Tím, že sport propojuje kulturní oblast po celém světě, se postupem času stále více komercializoval. V dnešní době média, sponzoři a profesionální sport k sobě neodmyslitelně patří. Na základě toho se začala popularita sportu ještě více rozšiřovat. Obchodní společnosti začaly do tohoto odvětví investovat více peněz a spotřebitelé za něj náležitě platili. Medializace sportu a sportovců vedla k užšímu propojení s podnikatelskou sférou a instituce sportu se tak proměnila. Zároveň nešlo vždy jen o obchod, ale o samotné sportovní události, kde se jednotliví aktéři začali stávat komoditami (Smart, 2007: 114).

Jak jsem již zmínil, politická stránka sportu je taktéž velmi důležitá, je to zdroj, ze kterého se mohou napravovat různé společenské problémy, jakými jsou například prevence proti rostoucí obezitě, pomoc při sociálním začlenování, řešení školních problémů, nebo snaha o pozitivní změny v rasové problematice. Sport se začal stávat díky rostoucímu ekonomickému, kulturnímu a sociálnímu kapitálu samostatným průmyslovým odvětvím a propojení s politikou výrazně vzrostlo (Grix, 2010: 118).

## **2.2 Komodifikace sportu**

Komodifikace je činnost související s kapitalismem a lze ji nalézt ve všech oblastech života, ať už se jedná o kulturu, popkulturu, umění, technologie a dalšími. Je spojená s dosažením co největšího zisku a mění předměty, symboly, nebo lidi ve zboží. V důsledku

komercializace a materialismu ve společnosti jsou jedny z hlavních věcí, co komodifikované zboží ztrácí, autenticita a identita. Ekonomická část převažuje nad morální částí (Prasiasa, 2023: 235).

Sport a sportovní prostředí je mezi lidmi velmi populární. Společnost vníma sport jako prostředek k odreagování se od běžných starostí života, nebo jako zdravý životní styl. Jakmile se však dostane do bodu, kdy se stane profesní součástí jednotlivce, už to není jen koníček. Začíná se dramaticky propojovat s dalšími různými společenskými aktivitami, jakými je politika nebo kultura.

Tím, že se celý svět stále více propojuje, díky globalizaci, světový sport tvoří síť po celém světě. Světový sport pak řídí organizace, které se nezabývají jen sportem, ale promítají do tohoto odvětví i další složky, jako jsou migrační cesty sportovců nebo výrobních řetězců společností, které vyrábějí sportovní zboží. Sport nám poskytuje pohled do nadnárodních struktur. Díky tomuto je však sport oddělen od morálního vnitřního řádu, je stále více a více řízen materiální složkou. Také postrádá metaforické a symbolické kvality, jelikož materiální složka je převyšuje (Besnier, 2012: 454).

Komercializace má velký vliv i na vnitřní strukturu jednotlivých sportů, například televizní prostředí bere sport jako pouhou zábavu a kvůli snaze o navýšení zisků, vyvíjí tlak na sportovní orgány. Projevuje se to na změně pravidel sportu, například ve velmi dlouhém závodním období, ve větším počtu zápasů play-off různých turnajů atd. Televize se stává stále větším finančním zdrojem příjmů sportovního prostředí. Sporty se především mění kvůli divákům, aby byly více akční a atraktivnější, například atletika: *“olympijský organizační výbor (LAOOC) naplánoval začátek maratonu co nejbližší hlavnímu televiznímu vysílacímu času – v 17:30 SEČ.' V této době se v Los Angeles nahromadilo horko a smog, které obvykle zahalují Los Angeles. Aby toho nebylo málo, maratonci budou muset běžet posledních 45 minut olympiády 1984 v centru města, kde panuje horko a smog, protože LAOOC chce na nátlak televize ABC, aby maratonci doběhli do cíle v losangeleském Koloseu, kde se konaly hry v roce 1932“* (Stewart 2012: 175).

Komodifikace a komercializace také narušují základní charakteristiku sportu a tím je, že sportovec je objektivně měřen na základě úspěchů podle daných norem. Zábava má přednost před etikou sportu. Příkladem může být tenis: *“hráči často hrají zápasy, aby mohli ukončit turnaj a rychle odjet na jiný turnaj, který nabízí více peněz; hráči se přizpůsobují požadavkům televizního vysílání na jistotu "vysílacího času" - tj. hráči rozdělí první dva sety a třetí odehrají "pocitivě", aby si zajistili zaplnění časového slotu, a tím i příjmy z reklamy pro*

*televizní stanice; hráči se předem dohodnou na rovnoměrném rozdělení odměny bez ohledu na výsledek zápasu; a rozhodčí, kteří jsou pod silným tlakem ředitelů turnajů, aby s nimi jednali dobře, upřednostňují při rozhodování zápasu hráče zvučných jmen“ (Stewart, 2012: 176). Navzdory tomu, že velké množství sportovců stále etické normy prosazuje, tržní zájmy vládnou. V dnešní době je to ve sportu spíše o konexích než o tom, jaký dotyčný sportovec má talent, nebo kolik toho umí (Stewart, 2012: 173-178).*

Elitní sportovci své tělo intenzivně používají a je to jejich nástroj k úspěchu. Zároveň však není pozorností pouze pro ně samotné, ale i pro diváky. Jejich tělo je neustále hodnoceno, vystavováno a komodifikováno (Besnier, 2012: 44). Těla jsou transformována na objekty ekonomické touhy. Objektizování těl dehumanizuje nejen jednotlivce, ale i skupiny, a to kvůli finančnímu zisku. Toto lze s nadsázkou připodobnit k otroctví a kolonizaci.

Dále ženská těla jsou příkladem komodifikace, pokud projdou plastickou operací. V tu chvíli se stávají komodifikací plastického chirurga a dosahují nastavenému idealizovanému ideálu krásy (Sharp, 2000: 293). Stejně jako plastický chirurg, tak se i sportovní organizace snaží idealizovat sportovce k obrazu svému, aby měl úspěchy a dobře vypadal. Příkladem může být případ běžkyně Semenyiová, která měla potíže s tím, že závodí s ženami, jelikož měla příliš ochlupenou tvář, velmi svalnatou postavu a hluboký hlas. Semenyiová tak nezapadala jakožto ideál ženské atletické krásy do konzumní společnosti (Ratele, 2011: 101). Nebyla atraktivní pro média a pro typického konzumního diváka. Následně ji suspendovali z podezření na vysokou hladinu testosteronu.

Ze sportu se kvůli komodifikaci stává divadlo. Divák vyhledává momenty, které jsou pro něj zajímavé. To, co je přitahuje je dramatičnost, vzrušení a napětí. Také tam můžeme zařadit násilí, které taktéž lidi udržuje v dění okolo sportu. Televizní události okolo sportu jsou více populární než samotná sportovní soutěž. Například v lize amerického fotbalu (NASL) v Severní Americe založené v roce 1968: *“Majitelé fotbalu, kteří nedokázali přilákat americké fanoušky, se snažili hru "okořenit". Hlavní překážkou korporatizace byla neschopnost tohoto sportu zaujmout televizní diváky. Je to důsledek toho, že sport není vhodný pro televizi. V americkém fotbale neexistují oddechové časy, a pokud míč vyletí z hřiště, okamžitě se vrací do hry. Neexistuje zde akce "stop and go" jako ve fotbale, baseballu a basketbalu. Kromě toho je americký fotbal obratná, defenzivně orientovaná hra s nízkým počtem branek. Fotbalové zápasy mohou trvat několik minut bez účinného pokusu o získání skóre – skóre 1:0 nebo 2:1 je velmi časté. Aby toho nebylo málo, kodex sportovního chování je mezi fotbalisty hluboce zakořeněn a přísně dodržován. V důsledku toho je násilí v zápasech*

*poměrně vzácné. To samozřejmě dělá z fotbalu "nudný" sport“ (Stewart, 2012: 179). V důsledku pomalého a nenásilného průběhu hry byl pozměněn na tuto formu: “Aby NASL přidala do hry trochu "vzrušení", pozměnila světový fotbalový kodex tím, že eliminovala nerozhodné zápasy – což bylo prodáváno v typicky americkém stylu - "Shoot Out". Shoot Out byl vymyšlen tak, aby se přidával po uplynutí hrací doby. NASL prohlásila, že američtí diváci potřebují dodatečné "vzrušení" v podobě exhibice typu Matta Dillona v pravé poledne (1982 Fotbalová encyklopedie: 508-512). Mezi další změny v tomto sportu patřilo přesunutí postranní čáry z 50 yardů na libovolnou čáru 35 yardů od branky. Objevilo se také mnoho návrhů na rozšíření branky za účelem zvýšení počtu vstřelených branek“ (Stewart, 2012: 179). Dramatičnost a více střelených branek pozměnilo pravidla a formu Amerického fotbalu ve prospěch diváků.*

Sport jakožto globální systém různých výkonů se zaměřuje na publikum různého rozsahu, místní, globální, světové nebo regionální a rozvětvují se stále do různých komunit. Velké sportovní události spojují lidi dohromady ve smyslu oslav, nebo pomocí události tvoří národní a světové dějiny. Zároveň se uvádí, že sportovní velké akce a sportovní kultura je hlavním prvkem moderní kapitalistické společnosti (Besnier, 2017: 196).

### III. Bolest

Bolest nás provází celým životem. Je nesmírně důležitá proto, abychom poznali, že je s námi něco v nepořádku. Ať už se jedná o fyzickou bolest nebo o psychickou, vždy nám bolest oznamuje, že bychom měli dělat něco proto, aby nepřišla znovu. Když se člověk narodí bez možnosti pociťování bolesti, je to velmi nebezpečné, protože nemá od svého já žádnou zpětnou vazbu o tom, jestli je něco v nepořádku (Sordo, 2024: 1).

Nejednoznačnost bolesti se neukrývá ve fyziologických procesech, nýbrž ve společenském prostředí. Bolest je neustálým předmětem vyjednávání mezi lidmi a je subjektivní, například mezi bolest můžeme řadit odřený loket či naraženou kostrč, na druhou stranu tam také může spadat infarkt. Z teologického hlediska pak bolest může způsobovat vyšší bytost. Z hlediska psychiky se jedná o emoční bolest, nebo psychické nemoci, jakými jsou deprese, úzkost atd. (Bourke, 2013: 155-157). Problém tedy spočívá v subjektivitě a nejednoznačnosti určení toho, co je člověkem vnímáno jako bolest nebo co je pro jedince bolestivé.

Bolest ve sportu je velmi běžná. Ať už se bavíme čistě o zranění, nebo o bolesti při trénování jakými je například dlouhý běh, při kterém se vyplavuje laktát, nebo posilování, při kterém bolí namožené svaly ze zvedání těžkých závaží. Pokud se zaměříme na někoho, kdo sport dělá pro zábavu a vnímá ho jako způsob odreagování, s bolestí se pravděpodobně na denní bázi nepotká. Jakmile se však bavíme o profesionálním sportu, zde se s bolestí na denní bázi lze setkat. Sport a riziko k sobě neodmyslitelně patří, riskujeme kvůli sportu emoční, psychické i fyzické zdraví. V sociologii je sport rozdělen jako kulturně a fyzicky nebezpečný. Většinou u mladých sportovců je riskovat zranění a bolest jednou z ctností, jelikož společensky se o sportu traduje, že pokud chceš dosáhnout úspěchu musíš riskovat bolest a zranění. Ta je se sportem neodmyslitelně spjatá. Mladí sportovci tuto "ctnost" se zavřenými očmi přijímají a nepřemýšlí nad následky, které mohou nastat. Nelze tvrdit, že se všem rizikům dá zcela vyhnout, ale můžeme se zamyslet nad tím, jestli jdou tyto dva pojmy od sebe oddělit (Atkinson, 2019: 6-9).

Musíme však rozlišit fyzickou námahu a fyzickou bolest, jelikož se nejedná o jednu věc. Fyzická námaha je po těžkém tréninku a nutně tedy nemusí znamenat, že vyvolává bolest u všech sportovců. Samotná bolest však nemusí znamenat hned nutné zlo. Bolest pro vrcholové sportovce může být pozitivní v tom, že jim poskytuje informace, v jakém rozpoložení se nacházejí. To, co je negativní, je samotné prožívání bolesti. Na zvládnutí fyzické zátěže má vliv především psychická odolnost. Jakmile však přesáhne určitý práh bolesti, který odolnost

vnímá, může nastat negativní prožívání bolesti. Optimismus je jedním ze základních zdrojů psychické odolnosti, která nám pomáhá bolest zvládat. Je to jeden z nejdůležitějších rysů ke vztahu k bolesti. Pozitivní člověk totiž věří v to, že se mu budou dít vždy dobré věci, nikoli ty špatné. Elitní sportovec, který myslí pozitivně, se lépe soustředí na svůj cíl a nepodléhá bolesti.

Dalším zdrojem zvládnutí bolesti je samotná odolnost. Odolnost sportovcům pomáhá při výkonnostním neúspěchu a složí jako odrazový můstek k lepším zítřkům.

Třetím zdrojem psychické odolnosti je dosahování cílů. Sportovci musí věřit v budoucnost svých úspěchů, cílem toho, aby dosáhli úspěchu, je soustředění a odhodlání. Vidina úspěchu pomáhá sportovcům překonat bolest. Posledním zdrojem, který uvedu, je sebedůvěra. Jedná se o sebedůvěru, kterou jedinec nabírá během sportovní kariéry. Vytváří se vědomím, že sportovec má za sebou už určité úspěchy, zkušenosti a zná velmi dobře své tělo. Zároveň by sportovec měl prokazovat sebereflexi a znát intenzitu toho, co vydrží. Všechny tyto zdroje jsou navzájem provázány. Pokud například má sportovec vysokou sebedůvěru, bude mít zřejmě i vysokou míru optimismu ohledně výsledku. Mezi vlastnosti odolnosti se řadí optimismus a efektivita. Všechny tyto body nám ukazují, že veškeré zdroje jsou navzájem propojeny a spjaté s psychickou odolností (Whitton, 2023: 214-224). Psychická odolnost je pro sportovce neskutečně důležitá a je silně spjatá s tématem bolesti. Vrcholoví atleti a sportovci musí mít všechny tyto faktory k tomu, aby se v profesionálním sportu udrželi.

Výzkum z roku 2008 s názvem „*Just a Normal Bad Part of What I Do*”: Elite Athletes' Accounts of the Relationship Between Health and Sport“, poukazuje právě na vztah ke zdraví a samotnému sportu mezi elitními sportovci různého typu. Dovolím si v tomto místě citovat několik výpovědí z tohoto výzkumu. O vztahu zdraví a sportu uvedl hráč pozemního hokeje následující: „*Zdraví a výkonnost nejdou vůbec dohromady. Myslím, že to jsou protiklady. Můj názor je ten, že sportovci na vrcholu, nebudou zdraví. Budou přetrenováni. Nejzdravější lidé jsou ti, kteří chodí několikrát týdně na jógu, párkrát týdně posilují a o víkendu jezdí na horském kole a na kajaku. Přetěžování je nezbytně nutné pro soutěž na elitní úrovni*“ (Theberge, 2008: 209-210). Výpověď hokejisty je důležitá v uvědomění si toho, že motto „sportem ku zdraví“ se nevztahuje na profesionální skupinu sportovců. Dokonce i právě sport může být velmi nezdravý. Ze stereotypní každodenní činnosti se může lehce stát něco, co vás může stát zdraví.

Bolest však provází sportovce už od raného věku. Mladí a talentovaní sportovci, na které je kladen velký tlak, mohou zkušenost s bolestí zažít velmi brzy. Ovšem nejedná se o bolest

jako takovou, ale o omezující bolest, kvůli které již nelze trénovat. Vysoká míra zranění je viditelná u dospívajících sportovců. Nejedná se však pouze o zranění jako taková, ale mladí profesionální sportovci trpí na různé psychické nemoci, jakými jsou úzkost, deprese, frustrace, nízké sebevědomí, nespavost, ztráta chuti atd. Mladí lidé nejsou oproti dospělým připraveni tak zvládat bolest. Zároveň nejsou připraveni zvládat tlak, který se jim dostává z vnějšku od rodičů, trenérů či sportovních organizací. Veškeré negativní zkušenosti ohledně zranění vedou k tzv. „*ohrožení identity u mladého sportovce*“. Zranění mladé sportovce vyřadí z každodenního tréninkového rytmu, který jim udává smysl života. V důsledku zranění a výpadku z tréninkového procesu mladí dospívající sportovci zpochybňují svou sebeidentitu. V této životní etapě by se dospívající člověk měl snažit najít vlastní identitu, nicméně ji v důsledku možného zranění může naopak ztrácet. V období zranění také musí podstoupit rehabilitaci a kvůli tomu, že cvičení, které je jim doporučováno, sportovci neumožní trénink se svou tréninkovou skupinou, pociťuje zcela logicky odloučení a tréninkovou ztrátu nad svými sparing-partnery. Dalším problémem je to, že veškeré sebehodnocení vnímá jen na základě výkonnostní složky v samotném sportu, jinak řečeno, výkony dělají to, kým jsou (Rosen, 2018: 732-737).

Bavili jsme se o tématu bolesti napříč různými sporty. Výzkum s názvem „*Epidemiology of Track and Field Injuries*“ z roku 2013 pojednává o zraněních, které se týkají atletiky. Z výzkumu se dozvídáme, že většina zranění, která se atletům děje, je na tréninku, zbytek zranění je pak při účasti na závodech. Typy zranění se pak od sebe liší na základě různých disciplín. Pohybový aparát atleti používají naprosto odlišně v závislosti na nárocích dané disciplíny. Nyní zde uvedu procenta zranění při mistrovstvích světa v atletice: „*lze říci, že 10-14 % atletů utrpí během vrcholných šampionátů zranění. Během dvou posledních mistrovství světa IAAF v atletice (2009 a 2011) činil výskyt zranění 135 na 1000 registrovaných atletů. Riziko zranění se v různých disciplínách liší. U disciplín jako jsou střední nebo dálkové tratě, má primárně na zranění vliv delší doba stravená v závodě nikoliv však intenzita úkonu. U sprinterských disciplín pak zranění spočívá právě ve výrazně vyšší intenzitě a dynamičnosti. Nejčastějšími diagnózami při atletice jsou: „přetížení stehna (14-17 %), přetížení harmstringů (16%), namožení dolních končetin (5-9%), podvrknutí kotníku (3-6%) a křeče svalů v trupu (6%)“ (Pascal, 2013: 87-88).*

Atleti by měli předcházet těmto zraněním za pomoci rehabilitačních a regeneračních prostředků. Zaměřovat se na rizikové oblasti vzhledem k jejich disciplínám a hlídat se v

přípravném období, aby nedošlo k přetrénování. Zranění v atletice jsou velmi častá a atleti by měli dbát na prevenci svého vlastního zdraví (Pascal, 2013: 85-90).

Sportovci mohou také zažívat velmi nepříjemné období ve své sportovní kariéře. Tím nepříjemným obdobím je, jakmile jednorázová bolest přechází do bolesti chronické. V kapitole *“Etický problém bolesti, utrpení a smrti ve sportu“* se autor textu zmiňuje o chronické bolesti: *„Vedle varovné funkce bolesti chráníci organismus, se v případě strádání a utrpení dostává ke slovu i existenciální varování, upozorňující na negativní dopady do struktury osobnosti, na narušení „pohybu lidské existence“. U sportovců může jít i o varování před jednodimenziálností zvolené sportovní kariéry zaměřené jen na výkon a strádající i trpící usilovným bojem s bolestí“* (Bednář, 2021: 74).

Sportovci postihnutí chronickou bolestí, jsou na delší dobu omezeni z něčeho, co jim udává v životě smysl a mohou chronickou bolest chápat jako existenční utrpení. Avšak jak jsem již zmínil dříve, vnímání bolesti je individuální a každý jedinec ji prožívá jinak. Zranění je o něco objektivnější, jelikož lze definovat poruchu, která se na těle vyskytla. Pokud se však stane, že bolest trvá měsíce nebo dokonce roky po úrazu, pak se jedná o chronickou bolest.

Existují tři typy chronické bolesti: Chronicko-opakující se bolest, chronicko-intraktibilní-pozitivní bolest a chronická progresivní bolest. Jednotlivé bolesti se rozlišují podle toho, jak dlouho trvají a jak moc se zhoršují.

Chronicko – opakující se bolest je bolest, která nereaguje na léčbu, ale je rozlišena záchvaty bez bolesti.

Chronicko – intraktibilní-pozitivní bolest je stejně odolná vůči léčbě jako předchozí chronická o které jsme si říkali, akorát se liší tím, že u ní neprobíhají záchvaty bez bolesti.

Poslední chronická progresivní bolest je doprovázena zhoubným onemocněním a stává se stále silnější, spolu se zhoršováním základního onemocnění, které jedince postihlo. Sportovci, kteří se s bolestmi setkali, popisovali pocit omezení. Měli pocit, jako kdyby chronická bolest byla jejich věznicí v jejich vlastním těle. Na základě rad od jejich lékařů se snažili s bolestí pracovat, snažili se vzepřít svému omezení. Jakmile však přišel zlomový okamžik a závodníci se zranili, začali svému tělu naslouchat. Chronická bolest omezuje přesvědčení a cíle sportovce. Jelikož bolest jim zamezuje být tím kým jsou a čím by mohli být, jakmile by dosáhli kýžených úspěchů (Hunt, 2019: 1-13).

Sportovci, kteří trpí chronickou bolestí jsou frustrováni a projevují se u nich deprese, beznadějí a myslí na ty nejhorší scénáře, jak by to mohlo vše dopadnout. Chronická bolest je



silně spjatá s psychickou částí a sportovec v tu chvíli pochybuje o tom, zdali má chodit na terapie k psychologovi, navštívit praktického lékaři či žádat o pomoc u fyzioterapeuta (Vodrážka, 2008: 10). Chronická bolest je nejtěžší “zkouškou“ sportovce. Je to jeden z častých faktorů, při kterém se sportovec rozhodne ukončit svoji kariéru.

## IV. Sportovní organizace

Sportovní organizace řídí chod sportu, ať už se jedná o pohodu sportovce, o morálku či o finance. Mezi sportovní organizace můžeme zařadit například organizaci WADA. Jedná se o světovou antidopingovou agenturu, která dohlíží na sportovce, aby při sportu nepodváděli. Jde tedy o společnost mající na starost morální složku dohlížející na sportovce. Konkrétně se jedná o tento kodex: *“Článek 14.3 Kodexu uvádí, že sportovci, kteří byli svou mezinárodní federací (v případě mezinárodních sportovců) nebo národní antidopingovou organizací (v případě národních sportovců) určeni k zařazení do mimosoutěžního testovacího výběru, musí poskytnout přesné a aktuální informace o místě pobytu. Každá z těchto antidopingových organizací (ADO) je zodpovědná za stanovení konkrétních kritérií pro zařazení sportovců do své registrované testovací složky (například stanovené limity světového žebříčku, stanovená časová norma, členství v národním týmu atd.), ale složka musí zahrnovat minimálně nejvýše postavené sportovce v daném sportu a zemi. Požadavky na místo stanovuje ADO sportovce, aby byla umožněna určitá flexibilita na základě různých okolností, které se vyskytují v různých sportech a zemích“* (Kreft, 2009: 6).

Pravidla, která WADA nastavuje jsou: mobilní aplikaci konkrétní vrcholový sportovec musí dávat vědět dopředu, kde se bude nacházet. Musí udat přesnou adresu, město, zemi i čas. V České republice pak namátkově, v náhodných mimosoutěžních, ale i soutěžních časech vybírají sportovce. Antidopingový komisař k nim přijede a vyžádá si test na zakázané látky v těle. Odebírá se moč a krev. Během toho, co podstupujete test sportovce antidopingový komisař velmi pozorně sleduje, a kontroluje kvůli možnému podvádění při aktu samotného testu. Organizace, která dohlíží na atlety nám může vnucovat morální otázku toho, zda je v pořádku mít nad někým tak velkou kontrolu. V pořádku to je v případě dopingu, jelikož doping je špatný a ničí podstatu sportu. Nepoškozuje pouze elitní sportovní podstatu, ale i rekreační. *„Ovšem důvodem toho, proč se vede “válka proti dopingu“ je stejný jako důvod užívání dopingu: “elitní sportovní soutěže jsou velmi viditelnou a atraktivní součástí kulturního průmyslu, který je závislý na veřejném obrazu sportu, jako čisté a spravedlivé soutěžní činnosti a na prezentace na sportovních událostech, které jsou “skutečné“, a nejen další druh předstírané prezentace. A jako každá jiná produkce závisí na kontrolovatelnosti vztahů mezi zaměstnavateli a zaměstnanci“* (Kreft, 2009:10-11).

Je tedy klidně možné, že se jedná nejen o snahu udržet čistotu sportu kvůli etické stránce věci, ale i kvůli tomu, aby byl sport vnímán jako čistý i kvůli obchodní stránce. Vzhledem k tomu, jak doba zachází se sportem a jakým způsobem se snaží o jeho komercializaci, bych

se přiklání spíše k nejistotě a tendenci ovládat elitní sportovce, aby se mohli stát součástí ekonomiky a politiky ve sportu (Kreft, 2009: 6-14).

Spotovní organizace jsou jeden z činitelů, který má na atlety vliv z vnější strany a vytváří na ně jakýsi neviditelný tlak.

Další z vnějších činitelů jsou trenéři, ti se sportovci tráví nejvíce času a dalo by se říct, že je sportovním způsobem vychovávají jako své děti. Vztah mezi trenérem a atletem je velmi důležitý k dosahování výkonů. Zároveň trenéři oproti sportovním organizacím mají s elitními sportovci mnohem intimnější vztah a jejich dopad na to, jakým směrem se budou ubírat, je mnohem výraznější. V článku z roku 2023 s názvem *“Narcissistic coaches and athletes’ individual rowing performance”* se autorka zabývá vztahem mezi trenéry a svěřenci z hlediska osobnosti trenéra v pozici narcismu. Narcismus je osobnostní rys, kterým jedinec charakterizuje sám sebe jako nadřazeného ostatním a vytváří pocit, že na toto nadřazení má jedinec právo. Narcismus je považován za prototyp vůdčího rysu ve sportu a je jeden ze základních prvků trénování. Ve sportu může mít pozitivní i negativní dopady na sportovce. Proto výsledky tohoto výzkumu o narcistických trenérech jsou nejednoznačné. Jednou z negativních vlastností narcistického trenéra je neustálá kontrola nad svěřenci. Toto chování je velmi škodlivé pro psychickou pohodu sportovců a zvládnutí jejich emocí. V několika případech se dokonce prokázalo, že v případě narcistického trenéra mají sportovci pozitivní vztah k dopingům a to na základě absence morálních zásad. Na druhou stranu mohou být narcističtí trenéři pro sportovní soutěžní prostředí prospěšní, dokážou být charismatičtí, inspirativní, psychicky odolní a vytrvalí. Inspirativní promluvy se svými svěřenci mohou vést k lepším výkonům. Také dokážou díky své silné identitě stmelit dohromady svůj sportovní tým a tím opět dosáhnout lepších výsledků. Narcismus může být pozitivně spojen s výkonností sportovců, může se stát jedním z faktorů příležitosti ke sebezdokonalení (Nevicka, 2023: 1-2).

Velkou roli ve vztahu trenéra a závodníka hrají osobnosti jednotlivců. Nemluvíme tedy jen o tom, že trenér je jakýsi nástroj a atlet je ten, kdo je nástrojem ovládaný. Jde především o „chemii“ mezi sportovními partnery. Trenér musí mimo trénování neustále pracovat na komunikaci a pečovat o svého svěřence. Poskytnout mu takové útočiště, ve kterém se sportovec nebude cítit izolován (Davis, 2014: 1460).

Jeden z činitelů, co má velký dopad na elitní sportovce jsou sportovní kluby. Výzkum, který se zabýval vrcholovými plaveckými sportovci z roku 2016 s názvem: *“Sportovní hvězda jako výsledek akumulace sportovního kapitálu”*, se zabývá i sportovními kluby. Hlavním smyslem existence sportovních klubů, je poskytování zázemí sportovcům. Zároveň slouží jako

můstek mezi jednotlivými sportovními závodníky, tak jak uvádí Svoboda ve svém výzkumu: *“Vybrání plavci zařazení do Centra sportu dostávali za sportovní výkony tabulkový plat, který však neznamenal zásadní změnu v jejich socioekonomickém statusu... Potenciální hvězda mohla být ustavena teprve na základě „zaplavaného“ kvalitního času samotným závodníkem... Autenticita plaveckého sportu byla podpořena sociálním kapitálem aktérů. Sociální vazby v rámci klubu pro ně byly významné z důvodu specifických podmínek při jejich formování“* (Svoboda, 2016: 542-543).

Klub by měl profesionální sportovce zároveň podporovat finančně. To je jeden z faktorů, který dokáže podpořit elitního sportovce v jeho kariéře. Tato finanční podpora je mnohdy závislá na momentálním výkonu, nikoliv na tom, zdali je sportovec perspektivní a mohl by v budoucnu případně klubu přinést úspěchy. Elitní sport funguje v přítomnosti a budoucnosti se příliš nezabývá. Další faktor je sociální kapitál mezi aktéry v klubu. Pocit závodění a usilování o úspěchy v rámci jednoho klubu přináší pocit sounáležitosti a pocitu, že sportovec někam patří. Zároveň ve sportovci vyvolává jistotu že tréninky, které jsou těžké, nedělá jen on sám. To může potvrdit i výzkum z roku 2020 s názvem: *“The role of sport organizations for local and national community – the case of Sámi sport organizations“*. Ten se zabývá vlivem sportovních organizací při vytváření rozvoje komunitního sportu. V rozhovoru jeden z aktérů tvrdí, že bez sportovních klubů by se žádné národní oslavy na počest vítězství nekonaly. Další z aktérů tvrdí, že sportovní kluby vytvářejí společenské aktivity, které se snaží o stmelování kolektivu. Obecně vnímají sportovní kluby jako komunitní sdružení (Skille, 2020: 247).

Sportovní kluby poskytují také regeneraci a rehabilitační zařízení svým sportovcům, poskytují jim služby klubových masérů či fyzioterapeutů. Sportovec může využívat i klubové regenerační zařízení jako sauny, výřivky, kryosauny atd. Toto sportovní prostředí má ale svou stinnou stránku a tou je stres. Pro sportovce, kteří se nedokáží ve sportovním klubu/organizaci srovnat, může mít stres závažné důsledky a špatný dopad na výkonnost a pohodu. Výzkum, který se tímto zabývá s názvem: *“Performers’ responses to stressors encountered in sport organisations“* nám ukazuje, jaké nejčastější emoce sportovci kvůli sportovním organizacím prožívají. Jednou z nejčastěji uváděných je vztek, většinou se jedná o nespokojenost fungování organizace, a to z hlediska vnitřní dynamiky. Tento vztak také často vzniká z důsledku změny sportovcovi pracovní pozice a tím změny platu.

Dalšími emocemi spojenými se stresem je úzkost, zklámání, výčitky a žárlivost. Dovolím si zde uvést výpověď jednoho ze sportovců: *“Tento sportovec popisuje, jak se vyvíjely jeho emoce poté, co zápasil s tím probjovat se do týmu i přes očividné nesprávné řízení:*

*Trénoval jsem tak tvrdě, jak to jen šlo, ale nikam jsem se nedostal. Začal jsem pociťovat zášť vůči trenérům a hráčům, kteří byli vybráni místo mě. Pak jsem měl pocit bezmoci, protože jsem věděl, že bych tam mohl hrát tu nejlepší hru...“ (Fletcher, 2012: 353).*

Smutek byl pak spojován s fungováním vztahů ve skupinách, ve špatné soudružnosti a komunikaci. Všechny tyto stresory provázející výkonnostní sportovce vnímá každý sportovec velmi individuálně. Zažít stres ve sportovních organizacích je něco, čemu se jen málokdo vyhne. Nemusí to však nutně znamenat, že sportovci budou tyto faktory chápat negativně. Pro velkou skupinu jedinců to může znamenat motivační pohon k tomu, aby byli v budoucnu ještě lepší (Fletcher, 2012: 346-356).

## V. Empirická část

Empirická část, má poukázat a popsat, jak výzkum probíhal, jakými metodami byl proveden, jak byla analyzována data a jaké jsou jeho závěry.

### **5.1 Metodologická východiska**

Cílem mého výzkumu bylo nahlédnutí do problematiky, která se zabývá komodifikací těla u vrcholových atletů. Chtěl jsem také zjistit, jaký je rozdíl při přechodu z mládežnického tréninku na dospělý trénink.

Dále jsem se zaměřoval především na bolest, a jaký k ní mají atleti vztah a přístup. Bolest jsem rozdělil na bolest při trénování, bolest při zranění a chronickou bolest. Bolesti věnuji jednu celou kapitolu, neboť je to něco, s čím se atleti setkávají běžně a je to součástí jejich sportovní kariéry a osobního života.

Téma bolesti úzce souvisí s vlivem vnějšího okolí na atlety, který ve svém výzkumu také zmiňuji, zejména sportovní střediska. Další částí mého výzkumu bylo fungování jednotlivých atletů ve skupinách, jak se vypořádávají s vlastními cíli na úkor celé skupiny, nebo do jaké míry podporují střediska pocit sounáležitosti mezi jednotlivými atlety. Dle mého názoru je důležité na tohle téma poukázat, jelikož atletika se označuje za individuální sport, ale můj názor je takový, že sportovci mohou podat mnohem lepší výkon, pokud jsou součástí nějaké tréninkové skupiny.

Posledním tématem bylo, jaký mají atleti vztah k sociálním sítím, a jaké negativní či pozitivní zkušenosti s nimi mají.

Výběr vzorku byl velmi různý, trenéři, fyzioterapeut a samotní závodníci. Rozhovor jsem se snažil vést jak s ženami, tak i s muži ve věku od 23 let až do 67 let, abych získal co největší záběr a také mohl podat co nejvíce objektivní závěry.

Pro svůj výzkum jsem zvolil kvalitativní přístup, který se zaměřuje především na interpretaci subjektivních významů, popisu kontextu chování a jednání, zejména lidí, kteří jsou z jednoho daného prostředí. U kvalitativního výzkumu hledáme hlubší porozumění vybraného případu, určitému sociálnímu nebo individuálnímu problému (Hendl, 2006: 12). Nikdy není určitý "jeden bod", který se snažím analyzovat, ale je to spíše ohraničená škála možností, které lze nazvat jako "významové pole" (Zhao, 2024: 4).

Proto jsem si vybral prostředí, ve kterém jsem se i já dlouho pohyboval a vím, jak to v daném prostředí chodí a mám možnost do něj nahlédnout ještě s větší intenzitou, a nikoliv jako činitel, ale jako pozorovatel daných problémů, s kterými jsem se i já jako vrcholový atlet setkával. Induktivně-idiografický charakter napovídá že vyvozujeme v procesu výzkumu z řady

jednotlivých konkrétních jevů v diskusi se společenskovědními teoriemi závěry, které mají do jisté míry obecnější platnost (Novotná, 2019: 266).

Jako konkrétní metodu provedení výzkumu jsem zvolil etnografický výzkum. Etnografický výzkum se vyznačuje dlouhodobým pobytem v terénu, během něhož výzkumník zažívá na vlastní kůži povahu daného prostředí a zkoumá přirozené prostředí, ve kterém se výzkumní partneři pohybují, přičemž se snaží daným jevům dát smysl nebo je interpretovat z hlediska jejich přirozenosti (Aspers, 2019: 142).

Nezbytnou technikou pro tuto metodu je zúčastněné pozorování. Tedy kdy sám pozorovatel se stává tak trochu aktérem (Novotná, 2019: 353). Jelikož sám jsem se v prostředí pohyboval, mohu o sobě mluvit jako o insiderovi, alespoň pro dobu, kdy jsem byl vrcholovým atletem. V terénu jsem pak v rámci výzkumu s aktéry vedl rozhovory. Konkrétně se jednalo o polostrukturované rozhovory, tedy nešlo pouze o kladení otázek a poslouchání odpovědí, ale šlo spíše o “povídání si“ (Novotná, 2019:322). Ke zvolení polostrukturovaného rozhovoru mě vedl zejména blízký kontakt s aktéry, se kterými jsem dříve trénoval a závodil.

Vzhledem k tomu, že já sám jsem se v tomto prostředí pohyboval, snažil jsem se o to, abych nevnášel do výzkumu své osobní postoje, názory či emoce (Toušek, 2015:14).

Otázky k výzkumu jsem volil zejména s ohledem na dané téma mé bakalářské práce, také jsem čerpal z vlastních znalostí ohledně sportu a co konkrétně za problémy se s tím pojí. Snažil jsem se je jasně, srozumitelně a přesně formulovat, abych věděl, co chci vlastním výzkumem zodpovědět (Novotná, 2019:415).

## **5.2 Vzorek, jeho výběr a popis**

Nejdříve jsem si určil, s kým budu terénní výzkum provádět. Vzorek výzkumných partnerů jsem zvolil účelově, jelikož mám jasně danou charakteristiku a mají jasně daná kritéria pro můj výzkum (Novotná, 2019:293). V mém případě jsou mé vzorky vázány na vrcholové sportovní prostředí v odvětví atletiky. Hledal jsem typ lidí, pro který je sport součástí každodenního života, a pro který je sport způsob obživy. Vzorky jsem vybíral podle toho, jak moc jsou úspěšní, zkušení, či zdali se kolem této problematiky pohybují.

Věkovou hranici jsem stanovil od 23 let až do 67 let, aby byl vzorek výzkumných partnerů, co nejpestřejší. Vybraný výzkumný vzorek jsem zúžil profesně, nikoliv věkově. Provedl jsem rozhovor s osmi lidmi – šesti muži a dvěma ženami, které jsem oslovil po telefonu, jelikož se velmi často nachází mimo Českou republiku. Všechny tyto výzkumné partnery jsem znal. Vzhledem k tomu, že jsem vrcholovou atletiku dělal, nebyl problém s jejich rozhodnutím mi rozhovor poskytnout.

### **5.3 Etika výzkumu**

Přestože jsem vybrané výzkumné partnery osobně znal, snažil jsem se dodržovat etické zásady kvalitativního výzkumu. Výzkumní partneři byli vždy předtím, než jsme začali s rozhovorem, obeznámeni s cílem práce, s jejími charakteristikami a průběhem. Jejich jména anonymizuji (ve své práci na ně budu odkazovat pomocí pseudonymů) a přepis rozhovorů ani nahrávky nebudou veřejně dostupné a budou sloužit jen k vypracování bakalářské práce. Před rozhovorem jsem se vždy zeptal, jestli s těmito podmínkami souhlasí a nechal si od nich dát informovaný souhlas. S daty, která jsem nasbíral, jejich nahrávkami a přepisy budu pracovat jen za účelem této bakalářské práce.

### **5.4 Průběh rozhovorů**

Rozhovory probíhaly v rozmezí čtyř měsíců, první rozhovor jsem udělal 23. 2. 2024 a poslední 15. 5. 2024. Byl to dlouhý proces, jelikož v tomto období atleti odjíždějí trénovat na hlavní sezónu mimo Českou republiku. Snažil jsem se jim vyjít, co nejvíce vstříc, co se týče místa a času setkání, výběr jsem nechával zcela na nich. Vždy jsme se scházeli po tréninku, s výzkumnými partnery jsem hovořil například v hospodě, v kavárně, u nich v pracovně, či u jednoho dokonce ve studiu na podcasty, které vlastnil jeho kamarád. Rozhovory jsem se snažil v průběhu výzkumu přepisovat co nejrychleji doslovnou transkripcí, tedy, že jsem záznam přepisoval včetně nespisovných, slangových výrazů, ale bez verbálních projevů (Novotná, 2019). K redukci rozhovorů docházelo tehdy jakmile účastník začal příliš odbíhat od tématu, které nemělo s mým výzkumem nic společného.

První rozhovor probíhal zkušeně. Díky absolvovaným kurzům na fakultě jsem již dříve prováděl rozhovory. Měl jsem připraveno 8 otázek, které jsem se snažil využít na všechny mé rozhovory. Otázky jsem formuloval podle toho, zda se jednalo o trenéra (bývalého závodníka) či o nynějšího závodníka. Pořadí otázek jsem nedodržoval a snažil jsem se vždy pohotově reagovat a navazovat na výzkumného partnera, aby se neskákalo z jednoho tématu na druhý, a zároveň jsem se snažil sledovat linii vyprávění a položit všechny otázky (Novotná, 2019:261).

V celkovém součtu se mi povedlo provést 8 rozhovorů, každý měl různou délku, ale pohybovaly se v rozmezí 20-54 minut. Důvodem, proč jsem udělal pouze 8 rozhovorů, byla zaneprázdněnost atletů tréninkem, nebo odmítnutí poskytnutí rozhovoru. Vzhledem k tomu, že jsem výzkumné partnery znal, tak jsem se snažil je nejprve pomocí běžných otázek zbavit nervozity z rozhovoru. Musím také přiznat, že tím, že jsem je dlouho neviděl, tak i samotní výzkumní partneři se mě ptali, jak se mám a jak se mi daří, ještě před samotným rozhovorem. Rozhovor jsem nahrával na diktafon, abych se mohl plně soustředit na rozhovor a poslouchat



výpovědi mých kolegů a kolegyně. Při rozhovoru jsem dotazovaným koukal do očí a přikyvoval hlavou, aby se cítili ve stálém kontaktu se mnou. Dále jsem se snažil do jejich povídání zasahovat, co nejméně, aby se sami mohli rozmluvit, a abych měl co nejvíce obsáhlé výzkumné odpovědi. Velice obtížné potom bylo vést rozhovor s někým, kdo nad danými otázkami ve své kariéře moc nepřemýšlel. Musel jsem do rozhovoru více zasahovat a pokládat podstatně více doplňujících otázek. Většinou výzkumných partnerů byla témata blízká a dokázali na ně reagovat velmi obsáhlými odpověďmi. Zajímavý rozhovor byl rozhovor číslo tři, který jsem vedl s fyzioterapeutem, trenérem a bývalým závodníkem Jonášem, přišel mi zajímavý kontrast těchto tří povolání. Zároveň mohl mít mnohem více úhlů pohledů. Vzhledem k tomu, že si zrovna v období rozhovoru pořídil štěně a neměl ho kdo hlídat, bylo přítomno u celého rozhovoru. Během toho, co jsem pokládal otázky, si ode mě vynucovalo pozornost a já mu během povídání musel házet tenisáky. Podmínky byly velmi obtížné, ale rozhovor nakonec dobře dopadl.

V následující tabulce č. 1 uvádím přehled výzkumných partnerů, s nimiž jsem během čtyř měsíců vedl rozhovory:

Participant a participantky		
Jméno (pseudonym)	věk	povolání
Jonáš	42 let	fyzioterapeut, trenér, bývalý atlet
Klára	34 let	profesionální atletka
Ladislav	67 let	trenér
Milan	24 let	profesionální atlet
Lucie	24 let	profesionální atletka
Alan	32 let	profesionální atlet
Josef	31 let	profesionální atlet
Petr	45 let	bývalý atlet, trenér

Všichni výzkumní partneři pochází z jednoho prostředí. Bylo zajímavé pozorovat jejich názory, velmi často se shodovali, jelikož je provází naprosto stejné problémy a události. Tím nemyslím, že by se od sebe jednotlivé informace nelišily a výzkum by nebyl různorodý, jen mě samotného překvapilo pozorovat, jak podobným způsobem nahlíží na danou problematiku okolo témat. Výzkum mě osobně velmi obohatil a donutil mě zamyslet se nad tím, jak jsem já sám v tomto prostředí fungoval, jelikož spoustu z toho, co bylo řečeno, mi bylo velmi blízké a osobní.

## **5.5 Analýza rozhovorů**

Pokračoval jsem s analýzou rozhovorů pomocí segmentace a induktivního kódování, kdy jsem si při pročítání dat snažil vytvořit jednotlivé kategorie a charakteristické znaky pro dané téma (Novotná, 2019:121). Hledal jsem stejné motivy napříč jednotlivými otázkami a silně jsem si je zvýrazňoval.

Jelikož jsem si před výzkumem nestanovil konkrétní teorii, použil jsem zakotvenou teorii (Novotná, 2019:272). Během výzkumu jsem se díky datům dokázal lépe zorientovat, data v rozhovorech mi pak pomohli ukotvit konkrétní kapitoly a podkapitoly. Jelikož jsem byl dobře obeznámen, a protože jsem pracoval s daty vzniklými z rozhovorů, zdála se mi zakotvená teorie jako nejlepší možnost, čím se pro výzkum inspirovat.

V následujících kapitolách a podkapitolách bych chtěl představit okruhy, které jsem ve výpovědích zachytil a pokusím se je interpretovat a vyvodit z nich závěry.

## VI. Krok do světa seniorské atletiky

Mým úvodním tématem hned na začátku rozhovoru, byla otázka, jak vnímají přechod z mládežnické do seniorské kategorie, jaké změny na sobě pocítují a případně, co dělají jinak. Jedním z nejčastějších rozdílů byl ten, že v mládežnické kategorii šlo především o rozvíjení základních dovedností v tréninku a zajistit pro mládežníky zábavné prostředí. V seniorské kategorii už přichází atletika zaměřená převážně na výkon, jak uvedl příklad Alan:

*Mládežnický sport tak je pořád prostě zábava a myslím si, že by to tak mělo bejt 100 % a ten přechod prostě do té mužské kategorie, to je džungle, to je jiná liga začíná se od nuly. Jako jo strašně moc mladejch si myslí, že když jsou mistři světa v dorostencích v juniorech, že to prostě bude jako pořád pokračovat a není tomu tak prostě, pak to je prostě fakt jako skok do neznáma. Já jsem měl teda výhodu, že až v té mužské kategorii jsem začal dělat výkony. A Takže jsem nebyl jakoby řekněme namlsanej (Alan).*

Naprosto totožný pohled měl na situaci respondent Josef, který uvedl:

*Já jsem to měl jednoduchý, měl jsem dva trenéry. V Praze u Martina Kočího, tak to bylo hraní a nemělo to nic společnýho s nějakou jako vrcholovou atletikou nebo něčím podobným, takže tam to byla čistě zábava a byl jsem tam do 19. let. Takže potom skok jako do vrcholové atletiky byl velkej (Josef).*

Dokonce jsem postřehl u jednoho respondenta porovnání s tím, jak mládežnická atletika funguje nyní:

*Z mé zkušenosti si myslím, že se v týhle době dělá moc brzo brzká specializace jo a myslím si, že čím déle můžou zůstat ty atleti v nějaký obecný rovině tréninkový, to znamená dělat co nejširší škálu věcí, disciplín a tak dále tím líp, protože ten cíl by měl být vlastně hlavně naučit dovednosti nějaký a rozvíjet, ty různý schopnosti, jako je koordinace a tak dále. Netlačit na pilu pro nějaký výkon, na to je potom spousta času v pozdějších letech. Z mé zkušenosti, jelikož nějaký trenéři, se*

*pokouší tu talentovanou mládež někam dostat už v brzkých letech, tak občas na to tlačí moc brzo a přidává se tam rychlostní vytrvalost nebo speciální vytrvalost moc brzo (Petr).*

Ne vždy se to vydávalo cestou hravosti a potom kvality, jeden z respondentů to zažil obráceně: *V podstatě, když jsem přišel do Prahy trénovat, tak jsem šel tady k šéftrenérovi Martinovi Kolomazníkovi a ten samozřejmě byl teda jakoby trojskokanský trenér, ale měl za sebou už i Jaroslava Vopěnku na 400 překážek s českým rekordem a šel jsem k němu na čtvrtku, nebo respektive na sprinty. V podstatě u něj to byl trénink hodně o posilování a o kvalitě. U něj jsem byl asi 2 roky, pak jsem přešel tedy k Leonovi Kolínskému a tam to bylo úplně jakoby z obráceného směru. U Pepy jsme hodně běhali a naběhávali, tam to, nebylo tolik do kvality, ale bylo to hodně o tom naběhávání (Jonáš).* U většiny respondentů jsem postřehl negativitu k brzké specializaci na výkon v mládežnických kategoriích:

*No tak je to ted'ka urychlovaný. Urychlovaný, protože chtěj všichni výsledek hned a nezajímá ty trenéry těch mladejch většinu těch mladejch nezajímá, co bude potom jo, kdežto, když jsme trénovali my, jako teda jsem trénoval ještě sám, tak prostě byl hlavní úkol se připravit na tu seniorskou kategorii. Takže se to nějak nepřehánělo. Nejela se hlavně rychlostní vytrvalost. Ta je u sprintera teda zoufalá, když se začne v 15 letech, protože pak není na čem stavět. Jo, a to je prostě daný. No patnáctiletý je vlastně vrcholově připravený, jo, a to je tragédie český atletiky (Ladislav).*

Výpovědi se shodují v problematice rané specializace v mládežnických kategoriích. Specializace by měla přijít s pozdějším věkem, do té doby by měli atleti rozvíjet své základní dovednosti. Rizika brzké specializace spočívají v sociální izolaci, kdy zaměření na jeden sport a s tím spojené časové vytížení může vést k izolaci od vlastních vrstevníků. Dalším rizikem je nadměrná závislost na druhých, jakmile se mladý úspěšný sportovec stane slavným, veškeré vnímání sebe jako člověka jde stranou. Důsledkem pak může být zastavený vývoj chování, či nepřizpůsobivé chování vůči okolí. Jakmile se atlet začne brzy specializovat, velmi rychle vyhoří. Vyhoření je spojeno s vnímáním sportovce, který nedokáže dostat fyzickým nebo psychickým nárokům, které jsou na něj kladeny.

Častým úkazem v mládežnické atletice je také manipulace. Mladý člověk je vtažen do světa dospělých, kde je určitý složitý systém, kterému, jak rodiče mladého atleta, tak i on sám věří. Brzký úspěch není zárukou úspěchu ve vrcholovém sportu. Mladí sportovci by měli především dospívat, ale bohužel talentovaní mladí sportovci jsou často pěšáky, jakého si sportovního matrixu (Malina, 2010: 8-10).

V mém případě se jednalo o pozitivní zkušenost. Brzké specializaci jsem se vyhnul a atletika pro mě do 20 let byla opravdu jen jako koníček. Trenér se nám věnoval a snažil se rozvíjet naše

dovednosti a zároveň nás vedl cestou hravosti. K opravdové dřině jsem se dostal až ve 20 letech, kdy jsem přešel do Prahy a tréninkový plán již měl určitou strukturu podle, které jsem se musel řídit. Bylo to mnohem víc stereotypní než v mládežnické kategorii.

Velmi zajímavý rozdíl byl také ve vnímání vlastního těla: *“... od 18, 19, 20 let, jsem začal jako vnímat to tělo a přemýšlet o tom tréninku a přemýšlet o tom, jestli jdu do posilovny nebo rychlost, nebo jak to má, jakou to má za sebou návaznost ty tréninky. Pak jsem si začal hlídat už třeba jídlo, psychiku, spánek, když mi bylo nějakých 21, 22, 23. A teďka už jsem ve fázi, kdy mě vlastně strašně baví právě o tom jako intenzivně přemýšlet během tréninku, před tréninkem a vlastně jako nebo obecně v čas, kdy jako nepodávám ten výkon, tak ale i vlastně během toho samotného výkonu, ať už během jako závodu nebo tréninku pociťovat to svoje tělo (Milan).*

Spousty mladých sportovců se snaží dostat mezi sportovní elitu, pokud prorazí, jen malé procento z nich se však mezi elitou uspěje. A ti, kdo neuspějí jsou nemilosrdně vyřazeni. To, co musí přijmout již od samého začátku je organizovaný způsob života, který zahrnuje navržené režimy spánku, stravování, tréninkové plány na plný úvazek, psychologickou léčbu a další opatření, které je spojeno s naprostou sebekontrolou (Kreft, 2019: 13).

Vnímání vlastního těla a vědění toho, co dělám, je nezbytnou součástí vrcholového sportu. V roce 2021 jsem měl nejlepší sezónu ve své sportovní kariéře. Velmi jsem však podceňoval regeneraci a žil jsem nestálý život. Vše šlo samo a mně se dařilo, neměl jsem potřebu o sebe tolik pečovat. V roce 2022 mě však moje nepoctivost doběhla a já jsem psychicky i fyzicky onemocněl. Byl to pro mě zlomový okamžik, kdy má vrcholová sportovní kariéra šla rychle dolů.

Rozdíl ale atleti viděli i zvenčí. Klára uvedla, že pociťovala rozdíl ve změně v konkurenci, která může mít vliv i na psychiku závodníka:

*Najednou jsem zjistila, že ta konkurence je tak velká, že prostě jako vlastně to bylo úplně jinde. Že vlastně jako jsem si říkala tak a teď už zase nebudu teda vyhrávat na těch závodech. Jako v Čechách jo, ale ne ve světě, že jo, takže pro mě bylo jako nejtěžší se srovnat s tím, že vlastně z těch medailí najednou nebylo nic. Musela jsem si, sama sobě říct ty, ale vlastně, vždyť je to dobrý bejt nevím dvacátý na světě nebo třicátý na olympiádě nebo třicátýsedmý, nebo kolikátá jsem byla. Říkala jsem si dobrý, tak vlastně, že jsem si v tu chvíli podle mě možná utěšovala tím, že jsem tam byla no. Ale najednou tam prostě chyběly mi ty medaile. Asi ne že bych je jako nutně potřebovala...(Klára).*

Výzkum mladých atletů, který se zabýval stresovými faktory při velké soutěži, z roku 2010 s názvem: *“Young Elite athletes and social supports: coping with competitive and organizational stress in “Olympic“ competition“* poukazuje na fakt, že nejstresovější zážitky mají mladí atleti z vnímání novosti. Sportovci se dostávají do kotle elitních soutěží, které jsou zaměřené na výkon.

Orientace na výkon je sama o sobě velký stresový faktor. Atleti proto v tomto věku potřebují podporu jak emoční, tak i informativní ze strany zkušenějších, například trenérů. Díky tomu pak atleti mají větší sebedůvěru, větší motivaci a mohou lépe zvládat stresové situace, ať už se jedná o přechod do dospělých, či příprava na větší konkurenci v závodě (Kristiansen, 2010: 693-694).

## VII. Atlet a jeho souboj s bolestí

V této kapitole se budu věnovat problematice bolesti, která je všudypřítomnou součástí života vrcholových sportovců. Při sportu je bolest naprosto běžná, obecné zjištění je, že vrcholoví sportovci jsou mnohem více tolerantní vůči bolesti na tréninku. Jedním z možných faktorů, proč tomu tak je, že vrcholový sportovci jsou neustále vystavováni bolesti s nízkou intenzitou, což by mohlo vyvolat fyzickou a psychickou toleranci vůči bolesti. Elitní sportovci mají sníženou nervovou odezvu na očekávání stimulu od nízké bolesti například oproti nesportovcům (Pettersen, 2020:1-7). Kapitola je velice obsáhlá a spjatá s tématem komodifikace.

Kapitolu rozdělují do tří podkapitol: bolest při zátěži, zranění a chronická bolest.

### 7.1 Atlet na hranici s bolestí

Toto téma se věnuje především otázce, jak atleti zvládají bolest při tréninku či závodění, jakým způsobem ji vnímají a jak ji na sobě pocítují. Jedná se o bolest, která respondenty neohrožuje ve výpadku z tréninku. Nejčastější odpovědí, kterou jsem zaznamenal byla větší rezistence vůči bolesti, ať už se jedná o bolest v osobním životě, na tréninku či psychickou bolest, například Alan uvedl následující:

*Jo hele, já to беру jako nedílnou součást toho procesu, protože vím, že když to nebude bolet na tréninku, tak to bude bolet o to víc v tom závodě. Takže. Já to беру tak že jako je to nutný zlo. Je to fakt jako prostě přijmout, že to tak je a moc nad tím nepřemejšlet. Znáám jako atlety, kteří věděli, že půjdou rychlostní vytrvalostní trénink a už prostě jim bylo na blití den předtím, že jo. Takže jim to trenéři ani nemohli říkat, protože věděli, že se z toho sesypou. To já tohleto nemám prostě jo, takže mě řeknou trénink a já prostě ho jdu, ať se děje, co se děje prostě. Takže takhle já to vnímám no (Alan).*

Stejně smířený s bolestí byl i korespondent Milan: “...A nějaká třeba ta případná bolest nebo únava, která nastupuje při tréninku, tak vlastně mojí hlavou není, vyhodnocována vůbec jako něco záporného nebo špatného, ale jenom jako prostě takový doprovodný stav, který mi říká, ano, trénuješ a je to tak, jak vlastně očekáváš jo, že prostě tohle je trénink, to je to, co jako děláš a děláš to správně (Milan).

Klára viděla v bolesti taktéž, něco, co atlet musí podstoupit, aby dosáhnul lepšího výsledku: “...Prostě, když chcete něco dělat, nebo myslím si to já, když chci něco dělat a jdu si za tím, tak prostě to bude bolet. A buď jsem ochotnej tu bolest jako snášet. A když jsem schopný snášet, tak prostě si na ní pak zvyknu, takže ti to nepřijde jako nějaký hrozný (Klára).

Atleti Alan, Milan tak i Klára byli v souladu s bolestí v závislosti na případném budoucím úspěchu. Cvičením vyvolaná hyperalgie (zvýšená citlivost na bolest) je určena po 30 minutách

jednoho cvičení. Hyperalgezie například při aerobních cvičení (běh, cyklistika), dynamických cvičení a cvičení s velkou intenzitou (kruhový trénink) způsobují zvýšení prahu bolesti. U aerobních cvičení je citlivost snižena, úzce souvisí, jak s motivační složkou jako je vůle odolávat bolesti, tím pádem i sníženou citlivostí na bolest v porovnání například s dynamickými intenzivními kratšími cviky. Kratší cviky zase zaznamenávají intenzivnější bolest kvůli fyzickému tlaku, který je na ně během krátké doby vyvíjen (Diotaiuti, 2022: 1-3).

Lze říci, že společná touha po úspěchu je učí být více rezistentní vůči fyzické bolesti i psychické bolesti.

Jeden z respondentů uvedl, že je dobré k bolesti přistupovat s respektem a naslouchat svému tělu, nikoliv jen tělu, ale i psychické pohodě, Jonáš uvedl: *“... Ty lidi najednou, prostě choděj otrávený, unavený, špatně spěj, takže tahle fyzická bolest je za mě hodně spojená s hlavou. Když to trenér rozumně zreguluje, tak ty lidi tu fyzickou a psychickou bolest nesou dobře a dokážou se do ní dostat, ale musí to zregulovat trenér, protože když tam ten trenér jako do toho nezasáhne, tak ty lidi se sami buď odvařej, aneb, nedotrénuj, takže, co já mám takhle s klukama, tak kdykoliv jim dám nějaký trénink, kdy potřebuju a to nemusí bejt trénink těžkej fyzicky, ale kolikrát je ten trénink dlouhej a je spíš náročnej na hlavu, že ty lidi se pak prostě, ať už se choděj koordinační cvičení nebo něco tak ty lidi se dostanou do takový fáze, kdy to přestává bavit samozřejmě jo, a to je taková jako mentální únava, takže prostě pak tam ten trenér taky musí dát něco, co je donutí to dojet... (Jonáš).*

Z výpovědi je jasné, že bolest je úzce spjatá s psychikou. Článek, který se zabývá výsledky bolesti po operaci páteře, ukázala, že horší duševní zdraví odpovídalo horšímu výsledku bolesti. Zároveň jsou pacienti po operaci páteře mnohem náchylnější k duševním onemocněním, kvůli stále přítomné pooperační bolesti. Optimalizací duševního zdraví může pozitivně ovlivnit výsledky (Hartman, 2023: 341-346).

Studie prokázala spojitost duševního a fyzického zdraví. Zároveň bolest je podle Jonáše potřebná, ale nejdůležitější je ji udržovat stále na pomezí zdraví, jak psychicky, tak i fyzicky. Výzkum z roku 2023 uvádí, že jeden z důvodů odolnosti vůči bolesti u vrcholových sportovců je pozitivní myšlení, jakmile je někdo odolný vůči tréninku a následně myslí optimisticky o úspěchu lze dosáhnout určité fyzické i psychické rovnováhy (Whitton, 2023:218-219).

Velkou podobnost na základě pozitivního myšlení vidím i u Milana, ten uvedl krásný příklad: *“... Třeba zhruba tak před půl rokem, tak jsem byl na soustředění. Měl jsem velice jako náročnej program a šel jsem na trénink a věděl jsem, že bude velmi náročný. Šel jsem tam s tím, že mě strašně bolely nohy byl jsem unavenej a prostě jsem věděl, že to bude fakt jako dřina. Já jsem tam přišel na ten trénink a říkám si ne. Říkám si, já si tu hlavu jako přemluvím a nastavím jít*

*tak, jak chci. Já si prostě během rozcvičení třeba hodinu v kuse furt představoval, jak to bude dobrý běžecký trénink. Já si představuji prostě jak poběžím, jak to bude skvělý, jak se mi, poběží dobře, jak běžím, rychle a uvolněně. A furt jsem si prostě do té hlavy vkládal ty pozitivní myšlenky, jak to bude probíhat, tak chci, aby to probíhalo pak ten trénink. No a světe div se pak se to opravdu stalo. Já jsem prostě během té třeba půl hodiny nebo během třičtvrtě hodiny tu hlavu jako tu psychiku jako aktivně přenastavil a pak jsem to pociťoval na tom fyzicku, že prostě to fakt funguje. Všechno je dobré. I když jsem tam přicházel jako by skleslý víceméně, tak jsem se dokázal úplně přenastavit a Pak bylo všechno prostě skvělý (Milan).*

Jedním z hlavních cílů psychické odolnosti je dosahování individuálních cílů, které si atlet nastaví. Tím, že cíle vrcholoví sportovci budou dosahovat, začíná fungovat určitá psychická odolnost vůči bolesti. Odolnost jako taková tedy nemůže sama o sobě fungovat a je navázaná právě na motivaci, pozitivní myšlení, optimismus, nebo sebedůvěru (Whitton, 2023:219-220). Psychické a fyzické zdraví je velmi důležité.

Z mé vlastní zkušenosti, kdy mi v roce 2022 byla diagnostikována úzkostná porucha, jsem fyzicky odešel. Od té doby jsem se snažil z psychické i fyzické bolesti vymanit. V tu chvíli bohužel chyběla soustředěnost na výkony a na tréninky. Soustředil jsem se pouze na svoje osobní problémy. Bylo velmi obtížné se znovu srovnat a vrátit se do koloběhu tréninků a závodění.

Zároveň je také velice důležité zmínit, že bolest, kterou každý vrcholový atlet má, je jedinečná a individuální pro danou osobu (Whitton, 2023: 211-212). To se mi potvrdilo v rozhovoru s Petrem: *“... Ale věděl jsem, že nemůžu ty věci, co bych snesl já na tréninku, tak to je prostě čára, přes kterou bych nešel, protože vím, že bych to já ve svém nejlepším, když jsem byl teda jako ten talent na to snášení ty bolesti tak to nebudu dávat někomu, kdo si myslím, že by to nezvládl, díky tomu mi to tam vytvořilo nějaký hranice (Petr).* On sám mi tvrdil, že v bolesti se až vyžívá a že je houževnatý vůči těžkým tréninkům, ale svým svěřencům se trénink snaží šít na míru.

Kvalitní vztah mezi trenérem a sportovcem je základem efektivního trénování. Vztahy mezi trenérem a sportovcem, které jsou charakterizovány respektem, důvěrou, uznáním a pocitem vzájemné závislosti, vedou k lepším výkonům ze strany sportovce i ze strany trenéra.

Atlet, který je izolován a má pocit odloučení, nemůže dobře fungovat (Davis, 2014: 1454-1460). Snášení bolesti se může zvládat pomocí respektu a vzájemné podpory ze strany trenéra. Jonáš uvedl: *“... Když vidím fyziologicky, jak na tom jsou na tréninku a vím, co zažívají, protože jsem to zažíval taky, ať už to jsou laktátový tréninky, nebo prostě něco jinýho. Vždycky je tam dobrá rozumná motivace. (Jonáš).*

Bolest prožívá při jeho kariéře i Josef ten uvedl toto:



*“...ta bolest nebyla nějak jako vyloženě jako omezující, limitující, takže by jako nešlo zvládnout s tím běhat nebo cokoliv. Naučil jsem se s tím spíš pracovat, tak že jsem přišel na to co, mi ulevuje jako cvičení, prostě kompenzace anebo, který cviky mi nedělají dobře, takže jsem je vyřadil potom z toho svého programu. A naučili jsme se kdy zatáhnout za brzdu a udržovat tu bolest jako na minimum jako takovým, abychom nikdy nepřešli tu hranu, ze který už to znamenalo trvalejší omezení provozu (Josef).*

Výzkumný partner uvedl, že se naučil pracovat s bolestí a za pomoci různých cviků a rehabilitace se udržuje stále v tréninku, jelikož nadměrná tréninková zátěž a regenerace se musí preventivně neustále dodržovat, tak aby nedošlo k nadměrnému zatížení, končící zraněním. Lze říci že fyziologická i psychická regenerace po tréninku je velmi důležitá, jelikož vede k lepšímu zdraví a výkonnosti (Millet, 2023: 6). Ovšem nezaručuje 100 % ochranu před zraněním. Slouží jako prevence k nepřetržitému fungování ve vrcholovém tréninku.

O trénování na hraně mluvil také Jonáš: *“...člověk vidí, že prostě ty lidi může někam dotlačit a musí je dotlačit trošku na hranu na druhou stranu to není prostě, jako tadydle cvičení amerických námořníků, že prostě musej tahat jako já nevím co, je to jenom sport a ten člověk podá výkon, když bude zdravěj. Takže když se jde přes hranu, tak zdravěj nebude. Samozřejmě funguje tady i nějaký syndrom přetrénování, kdy prostě se chodí opakovaně za hranu a těm lidem najednou klesne výkonnost a klesne jim i psychická stabilita (Jonáš).*

Ve výzkumu, v porovnání extrémních sportů jako jsou BMX, skydiving, base jumping, snowboarding atd. s tradičními sporty se zabývali otázkou osobních limitů. U tradičních sportů vycházelo, že by se nemělo překračovat osobní limity nebo se dostávat do situací, které představují fyzickou i psychickou hrozbu. Na rozdíl od extrémních sportů, kde překonávat své fyzické i psychické limity je pozitivní (Raggiotto, 2020: 655-677).

Když bychom to měli aplikovat na vrcholovou atletiku, lze říci, že jakmile se osobní limit překročí, člověk se zraní. Proto je tento faktor brán jako negativní, ovšem na druhou stranu atlet toto riziko podstoupit musí, aby dosáhl lepší výkonnosti a poznal, kde má své osobní hranice.

## **7.2 Atlet za hranicí s bolestí**

Bavili jsme se o tom, že atleti trénují neustále na hraně, ale co se stane, jakmile tu hranu překročí? Jedna z mých otázek se zabývala zraněními, jakým způsobem vnímají atleti to, když se zraní, co proto dělají a jakým způsobem se jim to komunikuje s ostatními, když jejich sport je zároveň jejich živobytí. Jelikož zranění může vést k negativním psychologickým reakcím jako je frustrace a hněv, nebo pocitům osamělosti, sebeobviňování nebo sebekritiky, nebo také může vést až ke ztrátě vlastní identity (Rosen, 2018: 731).

Když jsem se dokázal dostat zpátky a vypadalo to, že budu znova závodit, přišlo zranění. Při jednom z intenzivních tréninků v zahraničí se mi zanítilo tříslo. To pro mě bylo poslední ránou. Na druhou stranu může mít i pozitivní dopad na vnímání a poznání vlastního těla. Alan uvedl toto:

*Jo, a co se týká zranění, což jako jsem si taky užil během své kariéry. No ty vole mám prostě servaný oba kotníky, rameno všechno možný jako jo, ale já musím říct, že mě to kolikrát pomohlo jako do motivace, že jsem se fakt jako naštvál a začal jsem pracovat na těch věcech, že mi to řeklo prostě tam, kde, je nějaká chyba a na čem musím zapracovat. Tak jsem to vždycky bral, takže všechno špatný k něčemu dobrý. Takže bojoval jsem strašný léta s achilovkami a až vlastně, když jsem si přetrhl vazy v kotníku, tak jsem byl nucený nad tím začít přemýšlet (Alan).*

Naprosto stejně jako Alan vnímá zranění i Petr:

*Většinou z mých zkušeností, tak všechno, co bolí, tak silí. Buď pořádně rozcvičenej, dbej si na ten trénink soustřed' se, nebo si můžeš něco udělat a tyhle ty situace už jsem si prošel skoro s každým a ztratíš trošičku focus ten den, nebo úplně ses nerozcvičil a místo toho před rychlostí, aby ses rozhýbával tak sedíš a protahuješ se, což je nesmysl, že jo, a to jsou všechny věci, co k tomu můžou trpět a já a můžu něco říct mému svěřencovi jednou, dvakrát, desetkrát klidně. Hlavně se pak otupí vůči mému krásnému hlasu a stane se to, že stejně ta realita, ta lekce může přijít jo. Hele, nedělej tohleto, neklusej vedle zábradlí, nebo vedle pangejtu, protože si můžeš zvrtnout kotník, nedáváš pozor, baviš se s někým, zvrtněš si ten kotník a řekneš si aha hmm tak ted'ka už to vím, že ted'ka už to neudělám, a tak to jsou nějaký věci prostě musíš nechat, aby se staly, který prostě jako nevyvaruješ. Hlavně čím větší forma, je to predispozice k nějakému zranění, takže tam si doopravdy musí dávat pozor (Petr).*

Prostředí kolem nás často označuje sport za zdraví prospěšný, v určité míře tomu tak je. V profesionálním sportu je rozdíl ten, že sportovci podřizují své zdraví výkonu. V sociologickém výzkumu z roku 2008 se zabývají tím, jak elitní sportovci vnímají vliv své účasti ve sportu na zdraví a pohodu. U některých jedinců výzkum zaznamenal pozitivní odezvu, která spočívala v tom, že zranění může mít pozitivní dopad na vzdělání ohledně zdraví, duševní síly či větší fyzické odolnosti. Atleti oddělují zranění od zdraví a chápou ho jako samostatnou jednotku, která slouží jako “životní lekce“ (Theberge, 2008: 207-219).

K výpovědi výzkumných partnerů se může přidat i Milan: “... Taky si myslím, že vlastně během té kariéry, jak člověk právě přichází, jako jak právě nabývá těch zkušeností, vlastně dobrých, ale i špatných, že se právě někdy zraní. Pak přemýšlí, proč se to stalo. Nějak se z toho ponaučí. Pak se to stane třeba jako znova, opět třeba vyhledá nějakou odbornou pomoc, ponaučí se, pak se stane znova a znova a znova, takže člověk prostě už potom jako ví, co nedělat, ale trvá to velice dlouho, než člověk všechno tohle to jakoby nabyde a než pozná to své vlastní tělo (Milan).

Všichni respondenti se shodli na věci toho, že aby se vrcholový atlet naučil pracovat se zraněním a bolestí musí svoje tělo poslouchat a nejen tělo, ale i trenéra a snažit se o to, aby se případnému výpadku mohli vyhnout. Jelikož kultura vrcholového sportu klade důraz na vysokou výkonnost sportovců ostatní aspekty, jako je zdraví odsouvá stranou. Sportovci mohou brát zranění pozitivně i ve smyslu toho, že k vrcholovému sportu neodmyslitelně patří a, že to svým způsobem symbolizuje vrcholový sport (Reussner, 2024: 1). Oba možné pohledy na problematiku ohledně zranění jsou z části pozitivní i negativní.

Dále bych uvedl, že sportovci vyjádřili zvýšenou motivaci, zvýšené aspekty získávání vlastních dovedností a zkušeností, zvýšenou sebedůvěru po rehabilitaci a pocit psychické síly (Rosen, 2018: 736).

Na druhou stranu vnitřní motivace, má velký vliv na zranění. Výzkum z roku 2020 uvedl, že čím jsou sportovci více vnitřně motivovaní, tím větší počet zranění mohou prožívat. Důvodem zranění je posouvání osobních hranic dále k výkonu (Guereno, 2020:7).

U respondenta Jonáše tato otázka byla viděna především z úhlu fyzioterapeuta nikoliv atleta, nicméně Jonáš se věnuje především vrcholové atletice, tím spíše má velký přehled o zraněních, co se týče tohoto sportu a ten se k tomu vyjádřil takto: *“...nejhorší na tom je, že ty problémy, který ty atleti maj v rámci bolesti, tak jsou furt stejný, tam nic novýho nevzniká nikde jo. Takže my se s tím učíme pracovat X let na fyzioterapii a ty problémy jsou fakt furt stejný, takže já jim pak řeknu hele dej tomu den, dva a prostě bude to lepší, když oni k tomu přistoupí selským rozumem, tak to většinou funguje, ale jakmile se k tomu přistoupí extrémisticky jo tak buď ty lidi plácnu jsou omezený v tréninku a nic nenatrénujou, protože se boje, že se něco semele anebo to jsou lidi, který to přepísknout, zraní se a pak zase nic nenatrénujou. Selskej rozum jde v tu chvíli bohužel stranou, jo (Jonáš).*

Lze říci, že atleti mají stále stejná zranění, a to se týká především úrazů dolních končetin, jelikož dolní končetiny jsou rozhodující pro každou disciplínu svalové a úponová zranění jsou častým zraněním pro sprinty a skoky, kvůli výbušnosti a dynamičnosti disciplíny, na druhou stranu vrhači a vícebojaři se často potýkají s poraněním ramen (Pascal, 2013: 86-88). Zároveň zde kritizuje dvě extrémní strany. Jakmile se atlet bojí bolesti a toho, že se zraní je zde riziko nedostatečné připravenosti na výkon. Druhá možnost je zase ta, že v bolestech trénuje velké dávky a zraní se.

Jedna z mých otázek se týkala prvního zranění u atletů. Svoje první velké zranění jsem měl v roce 2020, konkrétně se jednalo o malou trhlinu svalu ve stehenním přitahovači. Léčba mi trvala zhruba měsíc. Byl to ten nejdelší měsíc v mém životě. Vnímal jsem to velmi špatně, že nemohu závodit a trénovat s ostatními atlety, zároveň mě šířal pocit toho, že kdybych se o sebe více staral,

nemuselo by toto zranění přijít. Po několika rehabilitacích na přístrojích jsem začal cvičit kompenzační cvičení, která mi pomáhala v návratu. Během toho jsem začal své tělo vnímat víc a věděl jsem, co musím dělat proto, aby se konkrétně tohle zranění neopakovalo. Zároveň jsem zjistil, kde je má "Achillova pata" a na co se mám více zaměřit.

Většina výzkumných partnerů si zraněním prošla v raném věku a převážně vnímali zranění negativně, Lucie uvedla: "... já jsem měla hlavně ty únavové zlomeniny, který jsou náročné v tom, že je to prostě nadlouho, takže jsem měla prostě měsíc ortézu. To je prostě jako náročný v tom, že člověk začne jako strašně přemýšlet nad tím, že do píči teďka vole už nemám čas, když budu mít měsíc ortézu a teď ze všeho vypadnu a cejtíš se na hovno vole teďka, jako musí se hlídat, protože prostě nemáš tolik tý aktivity. Je to takový jako těžký vole, když jsem měla poprvý únavovku tak jsem tejděn v kuse řvala vole, že už asi nikdy nebudu běhat rychle, že jo (Lucie).

Stejně jako Lucie to měla i výzkumná partnerka Klára: "...No to byla to byla hrozná beznaděj. Bylo to pro mě takový jako beznadějný jsem si říkala, ty, jo, co budu dělat? Vždyť já vím, že vlastně jsem zaměstnaná, a že když nesplním to, že se dostanu tady na mistrovství světa jako do Moskvy, tak mě vyhoděj, co jako budu dělat jako a říkám, ty vole teď se tam asi nedostanu. No a vlastně jako začalo mi to hrozně šrotovat. Tehdy jsem to fakt obřečela, protože jsem pak měla poslední závody, kde jsem teda ještě, i když už to nešlo...(Klára)

Další atlet, co se shodoval na prvním negativním zážitku se zraněním byl Alan: "... já jsem se poprvé zranil na mistrovství světa Juniorů. když jsem se připravoval pár dnů před tím mistrovstvím na ten závod, tak jsem spadl na překážkách a odrazil jsem si patu. Ta pata mě hrozně bolela, pata hlavně bolí dlouho, že jo, no a tím, jak prostě jsem šel hodně přes bolest, protože jsem tam chtěl jakoby vyhrát ten svět, tak jsem si prostě utrhl lýtkový sval na dálce a vlastně jak jsem to neznal ani tu bolest jaká to je, tak si pamatuju, že mě prostě, jak když někdo vrazí nůž do lejtka. No, takže já se v té době jako vůbec neznal, nedokázal jsem vyhodnotit co to je. To mě Hodně sundalo psychicky...(Alan).

U mladých elitních atletů dochází ke zranění mnohem častěji než u dospělých profesionálních atletů. Jeden z možných faktorů, proč ke zranění u mladých atletů dochází, je ten, že mají nevyvinutý pohybový aparát. Mladí atleti můžou mít dlouhodobě či dokonce trvale poškozené vyvíjející se tkáně (Pascal, 2013: 88).

Výzkumní partneři popisovali strach z vyřazení tréninkové zátěže a zpochybňování návratu k budoucí sportovní účasti, kvůli riziku opakovaného zranění. Toho, že nedosáhnou stejné výkonnosti jako před zraněním, by mohla posléze vést i k ohrožení identity mladého sportovce (Von Rosen, 2014: 732).

Tyto všechny faktory spojené s fyzickým i psychickým zdravím ohrožují mladé vrcholové atlety a díky tomu mají větší předpoklady k tomu, že se sportem mnohem dříve skončí.

Na základě toho, že atleti jsou v neustálém časovém presu ohledně sezóny a velkých závodů. Podstupují velmi unikátní léčby svých zranění a jeden z respondentů mi vyprávěl o průběhu léčby svého svěřence: *“... sehnali jsme v Mnichově doktora, což byl v té době, a ještě stále je velká osobnost světové ortopedie. Byl doktorem reprezentace Německa, doktorem Bayernu Mnichov a my jsme tam byli několikrát u něj, ten mu tam vždycky něco píchal, vždycky mi řekl, co to je a já jsem věděl hovno. Tak mu to tam vopíchnul a jednou jsme odtamtud jeli s Peťanem z toho Mnichova. Byly sračky na silnicích a jemu se chtělo chcát, mně taky. Tak jsme zastavili na nějakém odpočívadle, to už tady v Čechách a šli jsme takovou sněhovou břečkou ke straně abychom nechali na tom parkovišti a přijeli jsme domů a za dva dny to Pavlovi silně znovu oteklo, a protože do tý čerstvý jizvy co mu tam napíchal se dostala nějaká sračka, jak jsme vylezli z toho auta a procházeli tou sračkou tím sněhem. Takže to začalo znovu to už jsme teda na další operaci nejeli k němu, to jsme to tady sehnali doktora pod Strahovem. Tam mu to zase rozřízli očistili ten hnis z toho šel ven a vypadalo, že toho nechá, pak měl rok, dva pauzu, díky tomu, že byl tou hvězdou, tak ho na tom středisku stále nechali. Samozřejmě plat šel dolů, protože neměl výsledky, ale po těch dvou letech jsme vyjeli na nějaký závody...Ladislav).*

Při zranění je potřeba, aby se vrcholový sportovec, co nejrychleji vrátil na dráhu, proto má léčba jednotlivé fáze, které je potřeba pečlivě dodržovat jinak se stane to co se stalo respondentovi Ladislavovi. Jedná se o obnovení výkonnosti sportovce, vrátit atleta včas a bezpečně k závodní činnosti a minimalizovat riziko dalšího zranění. Atleti se snaží být v kontaktu s lékaři a fyzioterapeuty (Treglerová, 2021:23).

V případě mého výzkumu se jednalo o návrat zpět za pomoci injekce, kterou sportovní lékaři velmi často používají, bohužel narátor neodhadl riziko situace a zranění se mu vrátilo. Trvalo to dva roky, než byl schopný plně závodit. Samozřejmě vždy záleží na závažnosti zranění. Vzhledem k tomu, že je vrcholový sport průmyslovým odvětvím, které často čerpá ze státních prostředků, je na atlety vytvářen psychický tlak i zvenčí (Hansgut,2006:6). Důvodem rychlé léčby je zaměstnanost atleta ve vrcholovém středisku, ze kterého dostává finanční prostředky.

Vrcholová atletika v České republice má k dispozici svazovou lékařku, ke které chodí se svými zraněními a bolístkami. Doktorka je velice uznávaná a pomohla mnoho atletům. Tlak z toho, že nebudu moci závodit, kvůli bolesti jsem pociťoval také, proto jsem lékařku navštívil, konkrétně se jednalo o malý zánět v oblasti třísel. Injekce byla aplikována do místa, kde se nacházela tekutina, která mi způsobovala bolest.

Pamatuji si, že jsem během chvíle volal trenérovi a ten mi naordinoval jeden až dva dny volna po injekci. Třetí den jsem už musel jít trénink abych to do závodů stihl. Cítil jsem, že tělo za tak krátkou dobu zregenerovat nemohlo a samozřejmě se mi to později vrátilo. Tréninkový proces je neúprosný a na výpadky není čas. Tomuto tématu věnuji celou kapitolu.

### **7.2.1 Komunikace o bolesti a zranění**

Mou častou otázkou bylo, jak respondenti zranění i bolest komunikují s vnějším okolím. U sportovců se jedná převážně o trenéry. Při této otázce se naskytly dva pohledy na problematiku ohledně komunikace, někteří komunikaci s trenéry brali jako samozřejmost a někteří jako velmi nepříjemnou věc, vzhledem k tomu, že odpovídali i trenéři měl jsem to z obou pohledů. Pozitivní odezvu měl na komunikaci Jonáš: *“... On vždycky za mnou přišel, hej, teďka je to takový při těch odrazech je to horší, tak jsem mu říkal oukej tak jich udělej míň. Anebo přišel a říkal, prostě blbě se někde vyspal nebo něco a říkal, ty jo, já jsem nemohl ráno vstát z postele, jak mě ten zadek bolel prostě. A tak jsem mu říkal, hele, v pohodě, tak pojd' trénovat rozcvič se a pojd' trénovat, co půjde. Ale výsledek všech vyšetření byla prostě nateklá burza, tíhovej váček. To není nic, že by se někde něco mělo urvat nebo zlomit, nebo prasknout, prostě to nic. A prostě vždycky jsme se domluvili, že budeme reagovat z tréninku na trénink a on už si vlastně potom na tu na tu bolest jakoby trochu zvyk. A věděl, že s tím může a přestal potom čím dál víc mluvit jo a začal o tom mluvit třeba jenom, když se to výrazně zhoršilo nebo prostě něco a do toho jsme trénovali. (Jonáš).*

Pozitivně z pohledu atleta to viděl i Josef: *“... S trenérem to bylo vždycky v pohodě, ale spíš je to jako o tom, že pokud mě to vyloženě neomezuje jako na provozu, pokud by to nemělo změnit trénink nebo něco takovýho, tak většinou o tom ani nemluví. Pokud už to není potom jako hodně blízko k sezóně, kdy ta rozhoduje o tom jako naladění na ten závod jako takovej, tak to myslím není důležitá informace. Pokud by to šlo směrem k hraně tak řeknu, že prostě upravíme trénink a z pohledu trenéra to není vůbec žádný problém (Josef).*

Trenér Petr to viděl taktéž stejně: *“... Vždycky otevřeně, no já moc nemažu med kolem pusy a říkám věci tak, jak je vidím většinou a očekávám úplně to stejný. V tomhleto je ta komunikace jednodušší a nemusí se vždycky jako lidem líbit, ale tak to mám nastavený se svěřencema, takže když jim něco je, já se ptám před každým tréninkem přijdu za každým člověkem, s kterým mám ten trénink. Ahoj, jak se cítíš, jak jsi spal, jak si jedl? To jsou informace, které já potom potřebuju vůči tomu tréninku... (Petr).*

Jeden z faktorů jak bolest a zranění zvládat je sociální podpora (v případě výzkumu podpora od trenérů), různé strategie, jak zvládat danou kritickou situaci a také důležité je určit zranění či

bolest, která se atletovi děje (Rosen, 2018: 736). Vrcholovým sportovcům pozitivní komunikace s trenéry pomáhá ve zvládnání problémových zranění ohledně bolesti a zranění.

Odlišnou zkušenost měl Alan:

*Heleď. občas to bylo těžký, no, protože Lukáš Příbyl byl extrémní tady po tý stránce, protože se nebál sáhnout po práškách proti bolesti v extrémní míře on sám, a i to vlastně chtěl abysme to dělali my, což mě, jako se absolutně nechtělo, takže to byl problém. Jeden z problémů, co jsem jako nechtěl a možná taky se to podepsalo na tom, že jsem potom odešel, protože ty bolesti tam taky byly a práškama jsem to řešit nechtěl. Jo, a když jsem prostě to chtěl řešit nějak jinak, tak mě bylo řečeno, že těhotenský tělocvik prostě není jeho obor a já jsem potřeboval jako na tom pracovat trošku jako z jinýho úhlu. (Alan).*

Stejný pohled na situaci měla i Lucie: “... No a já jsem to měla se starým trenérem, tak že vlastně, když sem mu něco řekla, tak on jako sice uměl zachovat klidnou hlavu, ale jako první jeho reakce byla strašně negativní a strašně mě to jako vždycky zničilo, že ty vole no teď jsme měli jít specku vole a tebe vole bolí tohleto a teď to nemůžeme, a to musíme celý překopat víš, jako že to na mě tak jako trošku hodil, takže jsem se jako naučila prostě mu to jako neříkat vůbec, že to bylo pro mě jako jednodušší. Takže i asi kvůli tomu kvůli tý reakci jako toho trenéra jsem občas, jako mu to neříkala. Sice on pak jako třeba druhý den přišel a řekl, hele, v pohodě jako svět se nezhroutí, ale jako ta prvotní reakce tě prostě stejně jako zarazí (Lucie).

Vazby a vztahy mezi sportovcem a trenérem jsou nesmírně důležité, mohou ovlivnit výkonnost, únavu i rychlejší zotavení jedince. Řadíme tam motivační činitele jako je pochvala, výtky nebo trest (Hansgut, 2006: 22). V prvním případě u Alana komunikace s trenérem víceméně neprobíhala. V druhém případě u Lucie komunikace proběhla, ale odezva na problém byla prvotně negativní, kvůli neabsolvování tréninku. Jakmile je trenér orientován především na výkon, bezprostřední reakce atleta může být ztráta motivace, či ztráta sebedůvěry a zhoršení vztahu mezi trenérem a sportovcem (Kristiansen, 2010: 693-694).

Co také respondenti pociťovali při situacích komunikace s trenérem byl psychický tlak například

*Klára o tom vyprávěla takto:“... No, když šlo o tu bolest blbou, když jsem měla nějaký to zranění, tak to už bylo takový horší. To už bylo prostě bum, stalo se to a teď vlastně vidíš toho našťvanýho trenéra, kterej ti řekne, tak se to prostě stalo, no a jako nějak tě zvláště nelituje a ty máš vlastně krom toho, že tě to bolí a víš, že nemůžeš házet, tak máš ještě jako takový trochu černý myšlenky a černý svědomí, že si říkáš, no tak ten trenér mi prostě teď věnoval tolik toho času a já a teď je vlastně našťvanej, protože mi dal tolik toho času a já mu to nemůžu vrátit, protože jsem zraněná. Takže já jsem vnímala ten tlak. (Klára).*

Studie z roku 2017, která se zabývá vnímáním mentálního zdraví trenéry svých atletických svěřenců se zmiňuje o tom, že atleti vyvíjejí tlak sami na sebe, tím pádem to přispívá k rozvoji duševního onemocnění sportovců. Trenéři v tomto případě hrají velkou roli při podpoře a měli by otevřeně komunikovat se sportovci při snížení počtu duševního onemocnění sportovců (Biggin, 2017: 31). V porovnání s tímto případem je situace podobná, v mém výzkumu se však jedná o zranění nikoliv o duševní zdraví, v každém případě psychické zdraví a fyzické zdraví jsou propojené a mají vliv na pohodu atleta.

### **7.3 Dlouhodobě přítomná bolest**

Posledním tématem, kterému jsem se v této kapitole věnoval, byla dlouhodobě přítomná bolest tedy chronická bolest. Zranění, které mě postihlo se mě drželo přes půl roku a já nevěděl co s tím dělat. Fyzioterapie mi nepomáhala, ani regenerace nic. Začal jsem mít černé myšlenky a atletika přestávala být mým středem zájmu. S tímto se setkali všichni mí respondenti. U atletů a u vrcholových sportovců je v rámci opakované náročné tréninkové zátěže častá. Atleti se s ní musí po čas kariéry vyrovnávat. Chronická bolest je klasifikována jako bolest, která přetrvává po uplynutí běžné doby hojení. Obvykle je bolest považována za chronickou, pokud trvá nebo se opakuje déle než 3-6 měsíců (Treede, 2015: 1003). Jeden z respondentů, který se setkal s chronickou bolestí uvedl toto:

*Moje zkušenost s chronickou bolestí je taková, že já jsem po jednom vážném zranění byl ve stavu, kdy se mi to zranění špatně zahojilo. Vlastně, i když hojení dospělo konce, tak mě to furt bolelo a obtěžovalo. Já to dneska vidím zpětně jako velice zajímavou věc, protože mě pak ta noha prostě konkrétně bolela ještě asi rok, prostě potom, co se mi samo zahojila, ale s tím, že já jsem třeba po dvou měsících, kdy mě jako furt pobolívala musel dát pozor, bál jsem se, že to ještě prostě není doléčené. Nevěděl jsem, co se úplně děje, ale zároveň jsem prostě jako furt trénoval, tak jsem pak dospěl k tomu, že právě tam jenom jako došlo vlastně k nesprávnému zahojení a že i když to bolí, tak to není patologická bolest, že prostě se mi nemůže zhoršit, že jako nemůže dojít ke zranění, když vlastně jsou tam jakoby jen špatné nervové signály a že i když to bolí, tak v tom svalu není nic špatně. Takže já jsem pak už s tím pracoval tak, že jsem prostě trénoval naplno. Běhal jsem závody a bolelo mě to. Ale já jsem věděl, že se nic nemůže stát. Trvalo mi to tak 2,3 měsíce, než jsem k tomu dospěl (Milan).*

Tímto bych navázal na respondenta Jonáše, který má s chronickou bolestí dlouhá léta lékařských a pracovních zkušeností: "... S chronickou bolestí jsem se setkal u svěřenců i u jiných. Chronickou bolest má skoro každý sportovec. Tam se to dá v podstatě potom řešit dvěma způsoby. Starat se o symptomy, a pracovat s tou chronickou bolestí tak, aby se udržovala na určitý hladině



*a nezhoršovalo se to, anebo se pak musí udělat radikální zákrok, ale to většinou jde na úkor tréninkového procesu. Je to časově náročnější, což samozřejmě plno lidí nechce, takže tam potom v podstatě je to o přerušení tréninku, někdy o chirurgickým zákroku. Je to radikální věc s tím, že samozřejmě v tom sportu, čím víc je to vrcholovější, tím víc je to náročnější na pohybový aparát i na hlavu a na všechno a vrcholovej sportovec, kterej vám řekne, že ho 2,3 roky nic nebolelo, tak kecá. Takže ta chronicita k tomu vrcholovému sportu podle mě patří a bohužel se jí nedá úplně vyhnout. Navíc třeba v atletice každá disciplína má svoje specifikum, který nějakým způsobem zatěžuje to tělo. Takže oštěpaři ramena lokty že jo, skokani kolena, achilovky, běžci, achilovky, jo. Prostě se to řeší záda do toho z posilovny u sprinterů, že jo a tyhle věci. Ta chronicita tam je a když je ta chronicita, ještě navíc podmíněná jako strukturální změnou, to znamená, že už je tam v tom místě, kde je problém nějaká patologická změna. Není to funkční změna, ale je to strukturální změna. Funkční změna je, že se dá ovlivnit strukturální změna se ovlivnit nedá ta už tam je natrvalo natvrdo a už se dá jenom pracovat vlastně s nějakou eliminací těch symptomů nebo s udržováním na určitý hodnotě. Jo, takže chronická bolest je furt, je všude...(Jonáš).*

Jak můžeme vidět chronické bolesti jsou pro sportovce stresující a obtížné jak už z hlediska změny tréninku, či neustálém přemýšlení o bolesti při činnosti. Velkou roli v tom hraje senzibilizace v centrální nervové soustavě zapojuje neuropatickou oblast, to znamená, že často se osoba postižená neuropatickou bolestí ocitá mezi psychickou a fyzickou bolestí (Sabo, 2009: 147-148).

Petr uvedl problém chronické bolesti takto: *“... Problém s chronickou bolestí je ten, že se stane psychosomatická, ve většině případech z mé zkušenosti a ty nevíš, jestli ta psychosomatika potom krmí tu bolest, nebo jestli ta bolest krmí tu psychosomatiku. A furt takhle dokola že jo. Chronická bolest je samozřejmě naprd, tam to je jako když už nepřijdeš na tu příčinu tý bolesti brzo tak jedna věc, co jde ne ani fyzicky, ale první věc, co jde je ta hlava jde a když jde hlava pryč, tak na to můžeš být fyzicky připravenej jak chceš. (Petr).*

U chronické bolesti lze mluvit o utrpení. Chronická bolest je utrpení, jelikož se nám dostává jako existencionální varování. Upozorňuje na negativní dopad na strukturu osobnosti. U sportovců se může jednat i o varování před zvolením si jedné specializace a kariéry zaměřené na výkon. Jakmile sportovec chronickou bolest podstupuje hraje to velkou roli v osobnostním růstu sportovce (Bednář, 2021: 74).

V případech chronické bolesti se láme to, jestli atlet bude pokračovat, či skončí. V mém případě se jednalo o konec. Zánět třísla mě vedl k tomu, že jsem neběhal s radostí, lehkostí a nadšením. Byla to pro mě velká rána skončit s něčím, co jsem dělal 13 let. Jako člověk jsem zažíval

pocit méněcennosti, ztráty identity a izolace. Zároveň jsem byl velmi odtažitý vůči jakémukoliv sportu ve svém volném čase.

Ohledně chronické bolesti jsem přišel také na to, že ne všichni respondenti jsou vůči tomu citliví a tolik nad tím nepřemýšlí například respondentka Lucie uvedla toto: *“... takže jako že jsem se snažila i sama v sobě vytěsnit, že mě to nebolí vole, dokud to opravdu nebylo jako krizový, že jsem nemohla chodit nebo něco takového, takže já jako nikdy jsem tady tyhleto stavy tý chronický bolesti asi úplně tolik neměla. Já jsem prostě taková, že si to snažím dost vytěsnit. No mě přijde, jako že v tu chvíli, když jako pustím tu bolest do své hlavy, tak sem slaboch nebo tak nějak jako pocituji, že prohraju se svým tělem, nebo nevím, jak bych to řekla prostě, jako já se do poslední chvíle to snažím vytěsnit a nebrat si to v potaz, že mě něco bolí (Lucie).*

Co mě zaujalo, bylo to, že se výzkumná partnerka snaží vytěsnit bolest. Tedy nutně dodat, že chronická bolest je subjektivní záležitost, podle toho, jak moc je člověk senzitivní (Whitton, 2023: 222-223).

Sportovci jsou schopni se s bolestí naučit pracovat a později ji zvládat lépe než běžná populace, jelikož jejich práh je mnohem vyšší. Sportovci totiž zažívají velmi odlišnou bolest od bolesti “normální“. Dobře to však není, jelikož právě tento přístup může vést ke vzniku chronické bolesti – známými je například tenisový loket, či bolest Achillovy šlachy (Bednář,2011:75).

## VIII. Vnější faktory formující kariéru atletů

V této kapitole se budu věnovat tomu, jak vnější prostředí, ve kterém se atleti pohybují, má dopad na jejich sportovní kariéru. Sport se stává zbožím, pokud jsou za něj ochotni spotřebitelé platit. Spotřebitelé následovně sledují, ať na místě konání či v televizi své oblíbené sportovce, přičemž produkce sportu vyžaduje interakci mezi divákem a sportovcem. Vývoj technologií, také zajistil, že televize poskytují mnohem lepší zážitek divákům doma, než by zažili na nejlepších místech na stadionu (Vamplew, 2018: 659-661).

Lidé si radši pustí sport v televizi, kde budou mít komentátora a detailnější záběry než, aby chodili přímo na stadion. Jednou z mých otázek bylo jak kulturní a společenská očekávání ovlivňují ochotu sportovců přiznat si a řešit bolest, když jsou zobjektizováni jako produkt sportu. Alan odpověděl takto:

*Byly léta, kdy jsem se na tréninku bál, abych si něco neudělal právě kvůli tomu, že se ode mě očekává, že prostě tady něco předvedu třeba na mistrovství Evropy v Praze. Když bylo velké očekávání, od Čechů, že jo, já jsem měl nejlepší světový výkon ten rok. Teď prostě všechno kolem toho, že jo focení teď jsi tváří. Prostě točíš se kolem nějaký reklamy, teď se o tebe jako očekává, že prostě tam něco předvedeš. Tam mi začaly ty achilovky poprvý. Nevím, jaký to na to mělo vliv toleto všechno okolo, ale tam to začalo a do toho závodu jsem šel jako s hodně velkou bolestí a strachem (Alan).*

Sportovci jsou určitým druhem zboží, které by mělo mít kvalitu. Ať už se jedná o to, jak vypadají, jestli jsou zdraví anebo jak moc jsou úspěšní. Přesto jsou to určitou pracovní silou ve sportu. Díky tomu se pak ti dobří dostávají do vysokých postaveních. Ti nejviditelnější dosahují vysokých platů a nadstandartních příjmů. To jim dává pocit určité privilegovaného postavení. Tato viditelnost a privilegia zakrývají nejistotu práce ve sportu (Kreft, 2009: 12).

Stres, který je na atlety vytvářen vychází ze střetu individualit samotných sportovců a velkých organizací, které na ně kladou svoje nároky a požadavky. Především se tyto stresory vyznačují jako ekonomické, sociokulturní, pracovní a politické. Všechny tyto stresory mají vliv a schopnost ovlivnit výkony a pohodu sportovce (Fletcher, 2012: 545-548).

V případě mého výzkumu měl Alan na sebe určitý tlak z pozice favorita a zároveň z pozice toho, že je tváří tak velké soutěže. O určitém tlaku, který je na sportovce vytvářen se vyjádřil i Milan: "... Čím víc lidí je jakoby zapojeno do té práce tak tím je těžší si to přiznat, nebo protože vzniká tam takový jakoby neviditelný tlak, kdy člověk vlastně nechce svým blízkým nebo tomu svému trenérovi a svému týmu prostě nechce vlastně o ně přijít a nechce je zklamat, nebo vlastně nechce jim podat tu negativní novinu, že je třeba zraněný a takže myslím si, že třeba pro laika je

*jednodušší si přiznat, že ho něco jako bolí. Nebo vlastně ne si přiznat, ale takhle jako zaprvý si přiznat a za druhý přiznat to i předtím okolím, že prostě hele, já nemůžu teďka performovat. Já jsem zraněnej a nemůžu a myslím si, že pro třeba jako pro profíky je to obtížnější, protože a většinou to bývá tak, že oni už v tom nejedou sami. Oni mají nějaký tým, který na nich trošku závisí, nebo je na nich závislý. Co si budem prostě je nepříjemný říkat lidem, že to nejde a že nemůžeš (Milan).*

Jedná se o stresory, které atleti mohou ovlivňovat jako jsou zranění v době, kdy mají závodit. Jelikož sledují ostatní a oni sami závodit nemohou. Dalším stresorem je podávání velkých výkonů. Atlet je neustále vystavován tlak z vnějšku, že musí podat dobrý výkon. Všechny tyto organizační nároky a výkonnost jsou základním rysem v životě elitních sportovců s kterými se musí potýkat (Mellalieu, 2009: 743).

Zároveň jelikož sportovní prostředí je dynamické a neustále se mění a vyvíjí, sportovní organizace mohou nevědomky vystavit sportovce zranění. Například kvůli změně pravidel, nebo předělání programu na určitou sezónu na kterou se atleti připravovali (Hanton, 2005: 1136-1137).

V atletickém sportovním středisku atlet podepisuje smlouvu na dva roky s tím, že za ty dva roky musí předvádět skvělé výkony, jinak další dva roky už bude vyhozen nebo bude dehonestován o platové místo níže.

S tématem kulturních a společenských očekávání má zkušenost také Ladislav: *“...nasrali mě v televizi, protože tenkrát pomluvili atleta, kterého jsem v té době trénoval. Tak ho tam pomluvili. Kvůli tomu, že si tam nechal píchnout v šatně něco a Finové nebo kdo ho pomluvili, že si tam píchal testák nebo něco takového. Já sem u toho nebyl já byl v Čechách, já byl tady v Čechách a jelikož jsem se... jsem předtím trénoval chvíličku paní z televize, tak mi paní z televize volala, jestli k tomu nechci něco říct. No a já jsem říkal to teda jo ty jo, přece to nenechám takhle aby se do něj sral někdo, když to není pravda. Tak ona říkala, heleď tak mi pro tebe dojedeme. Tak se sbal a pojeděš do toho druhého... to byli televizní noviny a pak bylo ještě něco druhý televizní noviny, noční, večerní jo. No a tam to moderovala Omáčková ta o tom věděla hovno, dodnes ona, když komentuje ví hovno. No, a tak jsem tam musel dojet a tam sem toho atleta obhajoval, protože sem věděl, že on je astmatik, takže ono celej den na těch závodech byl na tom sluníčku a takže potřeboval píchnout něco, aby se mu udělalo dobře jo. (Ladislav)*

Na elitní sportovce se vztahují určitá antidopingová opatření. Tímto se pak zajišťuje čistá značka sportovního byznysu, jako sportovce musí neustále kontrolovat, ať už se jedná o místo pobytu či okamžiku jejich života. I když jste hvězdou sportovního prostředí, musíte vědět kdo má tu moc a kdo to tu řídí. Jen díky tomu se pak dá udržet čistý a dobrý obraz veřejného sportu a sportovce (Kreft, 2009: 14). S případem Ladislava se ztotožňuji, jako bývalý vrcholový atlet jsem

byl i já zařazen do antidopingové organizace WADA. Pomocí určité aplikace jsem dával informace o tom, kde se nacházím a v kolik hodin budu mít trénink, aby vás případný dopingový komisař mohl otestovat, zdali neberete nějaké zakázané látky. Několikrát se mi stalo, že za mnou přišli i v nočních hodinách. V tu chvíli elitní sportovec nemá žádnou moc a musíte se podřídít pravidlům antidopingového komisaře, který vás po dobu testu nepřetržitě sleduje a hlídá.

Další otázkou, na kterou jsem se výzkumných partnerů ptal, byla ohledně sportovních středisek. Sportovní střediska jsou v České republice místa, kde se koncentrují ti nejlepší atleti z celé země. Pečují o jejich zdraví, zaměstnávají elitní atlety a nastavují jim co nejlepší podmínky.

První mojí otázkou bylo to, jakým způsobem vnímají to, že jejich tělo je nástroj k výdělku. Elitní sportovci jsou zahrnuti do systému sportovních megahvězd. To jim zajišťuje jejich budoucí postavení (Kreft,2009:12).

*Já jsem vydělával jako relativně jako hezký peníze, když prostě jsem, že jo bydlel jsem na ubytovně. Neměl jsem děti, měl jsem prostě nějaký plán. Na závodech jsem si vydělal nějaký peníze, protože jsem tehdy jako ty výkony dělal vlastně. Takže co jsem to vůbec neřešil. Nějakou rezervu jsem měl, takže to nebyl takovej stres, že bych o to jako nějak přišel, ale mě to ani nenapadlo, že by mě mohli vyhodit. Prostě já jsem sebe vnímal jako hvězdu a že neexistuje, aby mě to vzali (Alan).*

V rámci profesionálního sportu jsou osobami, ale i pouhými předměty. Jako osoby jsou pro sport nepostradatelní a zároveň jsou nepředvídatelným a rizikovým článkem (například zranění) (Kreft, 2009:12): “...Prostě jsem hvězda. Dostával jsem nějaký bonusy za závody a tak dále prostě a pak přišlo jedno zranění a najednou už jsem viděl ty pohledy, který se najednou změnil, takže začalo mi to připadat, že mě vnímají jako stroj, kterej jakoby tam jim má něco přinést (Alan). Finance jsou jedním z velkých stresorů pro atlety. Jelikož v elitním sportu jsou finance závislé na výsledcích, které předvedou v závodech.

Zároveň vrcholoví sportovci se věnují svému sportu na plný úvazek, a pokud mají rodinu, musí se spoléhat na výdělky, které jim ze sportu jdou. Pokud se něco pokazí, mohou mít velké finanční problémy (Fletcher, 2003: 182). Dosáhnout vysokého finančního ohodnocení je v atletice velice těžké, musíte být super hvězda a vyhrávat světové soutěže. Kromě tlaku, který je ze strany financí neustále vytvářen, vyvolává také otázku existenční.

Zkušenost s tímto problémem má i Alan: “...Jo, co za tím stojí jako stresu a všeho možného za pár kaček víš, takže to si myslím jasně, že jsem takový období měl, že jsem nevěděl jako, co budu dělat a tak dále. Tohleto se změnilo, když jsem prostě začal mít děti. Já vím prostě, že kdybych jako ty výkony nepředváděl, tak začnu dělat něco jiného a prostě tu rodinu zajistím jako mnohem líp. Takže spíš tady teď s těma dětma, to začalo bejt jako náročnější tady po té stránce (Alan).

Elitní sportovci věnují sportu mnoho let svého života, mnozí z nich nemají čas vydělávat peníze mimo trénink na sport či na své živobytí. Musí se spoléhat na rodinu, sponzory a na sportovní organizace, které jim finance poskytnou. Pokud tato podpora u sportovce chybí může se stát, že sportovec s tím předčasně skončí a odejde do sportovního důchodu (Woodman, 2001: 218).

Sportovní střediska jsou velmi důležitá proto, aby sportovec mohl v profesionálním prostředí fungovat. Josef uvedl toto: *“... myslím si, že sportovní střediska je výborná věc a z mých zkušeností je to věc, kterou nějakým způsobem bysme si určitě měli udržet... Neříkám, že je to ideální, ale nicméně ideální, kdyby to bylo na mě, tak svaz hraje mnohem větší roli. A nejenom peníze na přípravu a tak dále, ale já si myslím že v tomhle tom atletický svaz může určitě hrát větší roli, aby ty špičkoví atleti a ty špičkoví trenéři, aby byly více zajištěny i jako do budoucna a tak dál (Petr).* Sportovní středisko je velký komplex, který sportovci zajišťuje vše potřebné. Především se jedná o zázemí s fyzioterapeuty a rehabilitační zařízení, jako jsou sauna, vířivka či kryosauna. Sportovec díky tomu má vše potřebné na jednom místě a nemusí daleko cestovat. Sam regenerace a rehabilitace jsou důležitá pro elitní sportovce a jsou na stejné úrovni jako trénink. Vrcholový atlet musí se chodit pravidelně regenerovat po tréninku. Rehabilitace urychluje léčbu zranění a únavy a nezabývá se zdravím člověka na druhou stranu regenerace je pro zdravé sportovce a umožňuje zbavit se únavy po tréninku (Hansgut, 2006:10). Všechny tyto procesy jsou spojeny s tím, aby se atlet z nakumulovaného tlaku co nejrychleji dostal.

Další z vnějších činitelů, lze označit také vliv ostatních členů na jednotlivce, i přesto, že je atletika označována jako individuální sport, atleti se stávají individuálními, jakmile přijde závod do té doby trénují ve skupinách a tráví se svými sparing partnery neskutečné množství času. Otázku, kterou jsem výzkumným partnerům dával zněla takto: Jak se jim daří najít rovnováhu mezi osobními cíli a týmovou dynamikou při trénování a závodění? Jonáš uvedl toto:

*Tak já si nikoho neberu naslepo jako že mě někdo napsal, já jsem ho v životě neviděl, nemluvil s ním a řekl jsem oukej v září, začínáme, ale já se s tím člověkem sejdu. Jelikož už znám ty lidi ve své skupině a znám sebe a vím, co mě vadí a ne, tak už z toho mladýho člověka jako vycítím, jestli to je ono a teď nemyslím výkonnostně, ale jedna věc je, že může bejt šikovnej, jak chce, ale pokud je to kokot, tak vím, že si ho nevezmu, protože pro mě ta skupina pohoda v tý skupině je důležitější než to, že si vezmu výkonnýho kokota, který mi tam bude dělat bordel (Jonáš).*

Prostředí ve, kterém člověk jako takový funguje by mělo vykazovat tyto znaky bezpečné útočiště, udržování si blízkosti s ostatními, bezpečnou základnu. Jakmile jsou naplněny tyto faktory může jedinec fungovat ve zdraví a pohodě. Lidé pak mohou prožít pozitivní myšlenky a pocity jako jsou oddanost, spokojenost (Davis, 2014: 1456). To stejné funguje i ve sportovních skupinách u elitních atletů.

Při změně trenéra, jsem změnil i skupinu. V Kolíně v tréninkové skupině jsme měli skvělou chemii mezi jedinci a měli jsme od sebe navzájem neskutečnou podporu. Jakmile jsem přešel do nové skupiny vše se změnilo. Sparing-partneři, kteří se mnou trénovali nebyli oddaní vrcholovému sportu a skupina se začala rozdělovat na jednotlivé skupiny. Postupně začali jedinci „odpadat“ a odcházet předčasně do sportovního důchodu. Nakonec jsme zbyli jen tři. Výkony v tu dobu nebyli optimální a lze to přisoudit pohodě, kterou jsme ve skupině neměli. Výpověď Jonáše se shoduje s tou moji: *“... jo je to tak jeden je nasranej na druhýho, začne se to drbat najednou vznikne to, že se udělají z ty skupiny další 2 malé skupinky nebo 3 každej chodí trénovat v jinou dobu, ten trenér to nechá bejt prostě že jo hej tak jo a jde to do kopru, to nemůže mít jako budoucnost prostě jo...(Jonáš)*. To, že si trenéři vybírají jednotlivce do své skupiny sami jsem zjistil i od výzkumného partnera Petra: *“...Mám to štěstí, že si vybírám svěřence, to znamená, že lidi za mnou chodí. Já se s nima jednou, dvakrát, třikrát sejdu a pak to proberu s lidma, co už mám ve skupině, jestli to je dobrej fit do tý skupiny Jo a jsem silnej zastánce toho, že skupina je rodina (Petr)*. Trenéřská funkce zahrnuje neskutečné množství úkonů jedním z nich je také výběr týmů a družstev. Stresory pro atlety mohou být spojeny s interpersonálními faktory. Ovlivňují jak trenéřský, tak i výkon sportovců v rámci rozhodování, soustředění a celkově má vliv na emoční kontrolu. Výběr skupiny a správných lidí je velmi důležitý a může být spojen s velkým stresem (Thelwell, 2017:44).

## Závěr

Ve své práci jsem se snažil o zachycení problematiky komodifikace těla u vrcholového atleta, a jak by se k elitním atletům mělo přistupovat lépe. Zabýval jsem se tématy, která jsou s komodifikací spojená. Jednalo se především o bolest, vnější činitele působící na elitní atlety jako jsou sportovní organizace, trenéři nebo tréninková skupina. Dále jsem se také zabýval zvládáním změn například u mladých atletů, kteří přecházejí do seniorské kategorie.

Jedním z problémů atletiky je brzká specializace v raném věku. Juniorská atletika by měla být pro atlety hrou a rozvíjet jejich základní dovednosti. Pro mladé talentované atlety začátky v atletice by měli být především o seznámení se s atletikou a příprava na přechod do elitní atletiky. Pokud mladý talentovaný atlet začne brzy trénovat ve velkých objemech a specializovat se na určitou jednu věc, může přijít vyhoření. Vyhoření předchází stres z výkonů a vysokých nároků vnějšího okolí, to může být pro mladého atleta patologické. Atlet se může zranit, zranění pak vede ke ztrátě vlastní identity, ztrátě motivace, depresím či úzkostem. Všechny tyto faktory dojdou do bodu, kdy se atletovi nechce dál pokračovat v jeho sportovní kariéře a ukončuje svou nadějnou budoucnost velmi brzy. Souvislost také vidím s komercializací sportu a společností, která je zaměřena na výkon. Trenéři a sportovní organizace po svých mladých atletech, chtějí především výkony, neberou v potaz velký potenciál atleta do budoucna.

V kapitole o bolesti jsem zjistil, že atleti vnímají bolest jako součást jejich života. Zároveň s bolestí jsou velmi smíření, a dokonce vnímají bolest jako něco, co k elitnímu sportu patří. Důvod, který je k tomu vede, je takový, že trénink v atletice se děje neustále na hraně se zdravím, proto bolest je běžnou součástí každodenního tréninku. Zvládání a vnímání bolesti je u každého individuální, někteří, tím že jsou optimističtí a přemýšlí pozitivně, zvládají bolest velmi dobře. Optimismus je faktor, jak zvládat bolest velmi dobře. Pro ty, co takové štěstí nemají je důležité starat se i o své psychické zdraví, jelikož psychika je velmi spojená s fyzickým zdravím.

Bolest jako taková pak může přejít do zranění. V této problematice jsem se zaměřil na to, jak atleti zranění vnímají. Jeden z faktů byl takový, že zranění posiluje jejich osobnost a znalost vlastního těla a že díky zranění se mohou poučit ze svých chyb. V mém výzkumu atleti reagovali na tuto oázku v pozitivním smyslu a zranění jim přináší motivaci v sebezdokonalování. Negativní odezva přišla v otázce prvního zranění. První zranění atleti vnímali spíše negativně, jednalo se o pocity jako je strach a stres, co s námi bude. Strach z vyřazení z tréninkového procesu a případné vyhození ze sportovní organizace. Problém je především v tlaku, který se na atlety vytváří z vnějších ale i vnitřních činitelů. Z vnějších činitelů jsou to především trenéři, kteří by pro atlety



měli vytvářet vhodné útočiště a komunikovat s nimi o bolesti s klidem a rozvahou. Jakmile nefunguje komunikace mezi trenérem a závodníkem, výkonnost atleta může jít velmi rychle dolů.

Poslední podkapitola se týkala chronické bolesti. S chronickou bolestí je spojena únava a stres, jelikož nepřetržitá bolest nutí atlety se neustále nad bolestí zamýšlet. Dalším stresovým faktorem je upravení tréninku, kvůli bolesti. To je opět spojeno se strachem o výkony a existenci z hlediska vyhození ze sportovní organizace. Nelze to aplikovat na všechny, jelikož vnímání chronické bolesti je podle toho, jak moc je elitní atlet senzitivní.

Poslední kapitolou byli vnější činitelé, které ovlivňují elitní atlety v jejich fungování. Tím, že sport je brán velmi materialisticky, kvůli kapitalistické společnosti, jsou materialisticky bráni i závodníci. To, že je s atlety zacházeno jako se zbožím se mi potvrdilo, střediska chtějí, aby atleti dělali výkony, jakmile výkony mají chovají se k nim jako ke hvězdám a jsou ochotni pro ně udělat všechno, ovšem při atletově neúspěchu o atleta nezavadí ani pohledem. Elitní sportovec se pak dostává do stresu, který je na něj ze strany organizace vytvářen, jelikož se po něm požaduje, aby měl výsledky stále a pořád. Zároveň zde hraje roli velká nejistota z pracovní pozice ve středisku a atleti jsou nuceni si hledat něco, co je do budoucna uživí. Zde přichází zlomový okamžik, kdy nelze dávat veškeré úsilí do jedné činnosti a může přijít konec kariéry. Střediska by měli k atletům přistupovat více lidsky a snažit se o dodání pocitu bezpečí a jistoty, stejně jako trenéři. Sociální vazby se sportovními organizacemi jsou velmi důležité. Středisko totiž atletům poskytuje zázemí v podobě rehabilitace, regenerace, pocit sounáležitosti a financí. Všechny tyto faktory by středisko mělo rozvíjet a prohlubovat, aby atlet byl schopný podávat ty nejlepší výkony. Stejně jako ve středisku by se elitní sportovec měl dobře cítit v tréninkových skupinách. Společná motivace a pocit sounáležitosti a intimních vztahů napomáhá sportovci k lepším výkonům a úspěchům.

Problematika komodifikace těla u vrcholového atleta je zakotvená v nastavení společnosti. Kapitalismus, komercializace a tím že se ze sportu stal byznys, dělá z atletů loutky a pěšáky obrovského systému, který lační po úspěchu a financích. Stresem a tlakem, který atlety zužuje, především jakmile mají nízkou výkonnost, způsobuje ztrátu vnitřní motivace, pocit méně cenosti a vyhoření, dále způsobuje bolest, která může předejít do zranění a po zranění může následovat konec kariéry elitního atleta.

## Seznam použitých zdrojů

ASPERS, Patrik and Ugo CORTE. 2019. What is Qualitative in Qualitative Research. *Qualitative sociology* [online]. New York: Springer US, 42(2), 139-160. DOI: 10.1007/s11133-019-9413-7. ISSN 0162-0436.

Authenticity and Commodification of Creative Industry Products in The Tourism Sector, Bali. 2023. *Mudra: jurnal seni budaya* [online]. Institut Seni Indonesia Denpasar, 38(3). DOI: 10.31091/mudra.v38i3.2285. ISSN 0854-3461.

ATKINSON, Michael. 2019. Sport and Risk Culture. *The Suffering Body in Sport*. United Kingdom: Emerald Publishing Limited, 12, p. 5-21. DOI: 10.1108/S1476-285420190000012002. ISBN 1787560694. ISSN 1476-2854.

BEDNÁŘ, Miloš. Etický problém bolesti, utrpení a smrti ve sportu Ethical problem of pain, Suffering and death in sport. *ČESKÁROČNÍK* 26, 2021, 71.

BESNIER, Niko, Susan BROWNELL and Thomas F. CARTER. 2017. *The Anthropology of Sport: Bodies, Borders, Biopolitics*. Berkeley, CA: University of California Press, 1 online resource (xi, 321 pages). DOI: 10.1525/9780520963818. ISBN 0-520-96381-4.

BESNIER, Niko and Susan BROWNELL. 2012. Sport, Modernity, and the Body. *Annual review of anthropology* [online]. PALO ALTO: Annual Reviews, 41(1), 443-459. DOI: 10.1146/annurev-anthro-092611-145934. ISBN 9780824319410. ISSN 0084-6570.

BIGGIN, Isobelle J. R., Jan H. BURNS and Mark UPHILL. 2017. An Investigation of Athletes' and Coaches' Perceptions of Mental Health in Elite Athletes. *Journal of clinical sport psychology* [online]. CHAMPAIGN: Human Kinetics Publ, 11(2), 126-147. DOI: 10.1123/JCSP.2016-0017. ISSN 1932-9261.

BIRRELL, S. 1981. SPORT AS RITUAL - INTERPRETATIONS FROM DURKHEIM TO GOFFMAN. *Social forces* [online]. CARY: Oxford Univ Press, 60(2), 354-376. DOI: 10.2307/2578440. ISSN 0037-7732.

BOURKE, Joanna. 2013. WHAT IS PAIN? A HISTORY THE PROTHERO LECTURE. *Transactions of the Royal Historical Society* [online]. Cambridge, UK: Cambridge University Press, 23(3), 155-173. DOI: 10.1017/S0080440113000078. ISSN 0080-4401.

DAVIS, Louise and Sophia JOWETT. 2014. Coach-athlete attachment and the quality of the coach-athlete relationship: implications for athlete's well-being. *Journal of sports sciences* [online]. ABINGDON: Routledge, 32(15), 1454-1464. DOI: 10.1080/02640414.2014.898183. ISSN 0264-0414.

DIOTAIUTI, Pierluigi, Angelo RODIO, Stefano CORRADO, Stefania MANCONE, Fernando BELLIZZI, Thais Cristina SIQUEIRA and Alexandro ANDRADE. 2022. Perceived Pain in Athletes: A Comparison between Endurance Runners and Powerlifters through a Cold Experimental Stimulation and Two Sessions of Various Physical Activation. *Sports (Basel)* [online]. Switzerland: MDPI, 10(12), 211. DOI: 10.3390/sports10120211. ISSN 2075-4663.

EDOUARD, Pascal; ALONSO, Juan-Manuel. Epidemiology of track and field injuries. *New Studies in Athletics*, 2013, 28.1/2: 85-92.

FLETCHER, David and Sheldon HANTON. 2003. Sources of organizational stress in elite sports performers. *The Sport psychologist* [online]. CHAMPAIGN: Human Kinetics Publ, 17(2), 175-195. DOI: 10.1123/tsp.17.2.175. ISSN 0888-4781.

FLETCHER, D., S. HANTON, S. D. MELLALIEU and R. NEIL. 2012. A conceptual framework of organizational stressors in sport performers. *Scandinavian journal of medicine & science in sports* [online]. Oxford, UK: Blackwell Publishing, 22(4), 545-557. DOI: 10.1111/j.1600-0838.2010.01242.x. ISSN 0905-7188.

GUEREÑO, Patxi, Miguel Angel TAPIA-SERRANO and Pedro Antonio SÁNCHEZ-MIGUEL. 2020. The relationship of recreational runners' motivation and resilience levels to the incidence of injury: A mediation model. *PloS one* [online]. SAN FRANCISCO: Public Library Science, 15(5), e0231628-e0231628. DOI: 10.1371/journal.pone.0231628. ISSN 1932-6203.

HANSGUT, PaeDr Vladimír; SVOBODA, Tomáš. REGENERACE A VRCHOLOVÝ SPORT Bakalářská práce.

HANTON, Sheldon, David FLETCHER and Guy COUGHLAN. 2005. Stress in elite sport performers: A comparative study of competitive and organizational stressors. *Journal of sports sciences* [online]. London: Taylor & Francis, 23(10), 1129-1141. DOI: 10.1080/02640410500131480. ISSN 0264-0414.

HARTMAN, Timothy J., James W. NIE, Keith R. MACGREGOR, Omolabake O. OYETAYO, Eileen ZHENG and Kern SINGH. 2023. Correlation of mental health with physical function, pain, and disability following anterior lumbar interbody fusion. *Acta neurochirurgica* [online]. Vienna: Springer Vienna, 165(2), 341-349. DOI: 10.1007/s00701-022-05459-5. ISSN 0942-0940.

HENDL, Jan. Kvalitativní výzkum v pedagogice. In: *Současné metodologické přístupy a strategie pedagogického výzkumu*. Sborník 14. konference České asociace pedagogického výzkumu. 2006.

UNT, Emily R. and Melissa C. DAY. 2019. Narratives of chronic pain in sport. *Journal of clinical sport psychology* [online]. CHAMPAIGN: Human Kinetics Publ, 13(1), 1-16. DOI: 10.1123/jcsp.2017-0003. ISSN 1932-9261.

KREFT, Lev. 2009. The Elite Athlete - In a State of Exception? Sport, ethics and philosophy [online]. Cardiff: Routledge, 3(1), 3-18. DOI: 10.1080/17511320802685071. ISSN 1751-1321.

KRISTIANSEN, E. and G. C. ROBERTS. 2010. Young elite athletes and social support: coping with competitive and organizational stress in "Olympic" competition. *Scandinavian journal of medicine & science in sports* [online]. Oxford, UK: Blackwell Publishing, 20(4), 686-695. DOI: 10.1111/j.1600-0838.2009.00950.x. ISSN 0905-7188.

MALINA, Robert M. 2010. Early sport specialization: Roots, effectiveness, risks. *Current sports medicine reports* [online]. United States, 9(6), 364-371. DOI: 10.1249/JSR.0b013e3181fe3166. ISSN 1537-890X.

MILLET, Grégoire P. and Karim CHAMARI. 2023. Look to the stars—Is there anything that public health and rehabilitation can learn from elite sports? *Frontiers in sports and active living* [online]. Switzerland: Frontiers Media S.A, 4, 1072154-1072154. DOI: 10.3389/fspor.2022.1072154. ISSN 2624-9367.

NEVICKA, Barbara, Emma J.G. VAN GERVEN and Constantine SEDIKIDES. 2023. Narcissistic coaches and athletes' individual rowing performance. *Scientific reports* [online]. England: Nature Publishing Group, 13(1), 21010-21010. DOI: 10.1038/s41598-023-48239-6. ISSN 2045-2322.

NOVOTNÁ, Hedvika, Ondřej ŠPAČEK and Magdaléna ŠTOVÍČKOVÁ. 2019. *Metody výzkumu ve společenských vědách*. Praha: Fakulta humanitních studií Univerzity Karlovy, 495 p. ISBN 978-80-7571-025-3.

PETTERSEN, Susann Dahl, Per M. ASLAKSEN and Svein Arne PETTERSEN. 2020. Pain Processing in Elite and High-Level Athletes Compared to Non-athletes. *Frontiers in psychology* [online]. LAUSANNE: Frontiers Media, 11, 1908-1908. DOI: 10.3389/fpsyg.2020.01908. ISSN 1664-1078.

RAGGIOTTO, Francesco, Daniele SCARPI and Andrea MORETTI. 2020. Advertising on the edge: appeal effectiveness when advertising in extreme sports. *International journal of advertising* [online]. ABINGDON: Routledge, 39(5), 655-678. DOI: 10.1080/02650487.2019.1653009. ISSN 0265-0487.

RATELE, Kopano. 2011. Looks: Subjectivity as commodity. *Agenda (Durban)* [online]. Taylor & Francis Group, 25(4), 92-103. DOI: 10.1080/10130950.2011.630518. ISSN 1013-0950.

REUSSNER, Anna K., Jan BURSIK, Felix KÜHNLE, Ansgar THIEL and Jannika M. JOHN. 2024. The meaning of injury to the elite athlete: A systematic review. *Psychology of sport and exercise* [online]. AMSTERDAM: Elsevier, 71, 102571-102571. DOI: 10.1016/j.psychsport.2023.102571. ISSN 1469-0292.

SABO, Don. 2009. Sports Injury, the Pain Principle, and the Promise of Reform. *Journal of intercollegiate sport* [online]. University of Kansas Libraries, 2(1), 145-152. DOI: 10.1123/jis.2.1.145. ISSN 1941-6342.

SKILLE, Eivind Å. and Josef FAHLÉN. 2020. The role of sport organizations for local and national community - the case of Sámi sport organizations. *European sport management quarterly* [online]. ABINGDON: Routledge, 20(2), 239-254. DOI: 10.1080/16184742.2019.1610784. ISSN 1618-4742.

SMART, Barry. 2007. Not playing around: global capitalism, modern sport and consumer culture. *Global networks (Oxford)* [online]. Oxford, UK: Blackwell Publishing, 7(2), 113-134. DOI: 10.1111/j.1471-0374.2007.00160.x. ISSN 1470-2266.

Del Sordo GC and Papesh MH (2024) Ouch! What Is Pain and Why Do We Need It?. *Front. Young Minds*. 12:1221084. doi: 10.3389/frym.2023.1221084

SEWART, John J. The commodification of sport. *International Review for the Sociology of Sport*, 1987, 22.3: 171-192.

SVOBODA, Arnošt. 2016. Sportovní hvězda jako výsledek akumulace sportovního kapitálu = Sports stars as accumulations of sporting capital. *Sociologický časopis* [online]. 52(4).

THEBERGE, Nancy. 2008. "Just a Normal Bad Part of What I Do": Elite Athletes' accounts of the relationship between health and sport. *Sociology of sport journal* [online]. CHAMPAIGN: Human Kinetics Publ, 25(2), 206-222. DOI: 10.1123/ssj.25.2.206. ISSN 0741-1235.

THELWELL, Richard C., Christopher R. D. WAGSTAFF, Adam RAYNER, Michael CHAPMAN and Jamie BARKER. 2017. Exploring athletes' perceptions of coach stress in elite sport environments. *Journal of sports sciences* [online]. ABINGDON: Routledge, 35(1), 44-55. DOI: 10.1080/02640414.2016.1154979. ISSN 0264-0414.

TOUŠEK, Laco, et al. *Kapitoly z kvalitativního výzkumu*. 2015.

TREEDE, Rolf Detlef, Winfried RIEF, Antonia BARKE, et al. 2019. Chronic pain as a symptom or a disease: The IASP Classification of Chronic Pain for the International

Classification of Diseases (ICD-11). Pain (Amsterdam) [online]. United States, 160(1), 19-27. DOI: 10.1097/j.pain.0000000000001384. ISSN 0304-3959.

TREGLEROVÁ, Michaela. 2021. Obnova sportovní výkonnosti atleta po zranění (na příkladu vícebojařky). Bakalářská práce (Bc.)--Univerzita Karlova. Fakulta tělesné výchovy a sportu, 2021, 1 online zdroj.

VAMPLEW, Wray. 2018. The Commodification of Sport: Exploring the Nature of the Sports Product. International journal of the history of sport [online]. ABINGDON: Routledge, 35(7-8), 659-672. DOI: 10.1080/09523367.2018.1481832. ISSN 0952-3367.

VODRÁŽKA, Zbyněk. 2008. Bolestivé stavy u zápasníků. Diplomová práce (Mgr.)--Univerzita Karlova. Fakulta tělesné výchovy a sportu, 2008, 76 s.

VON ROSEN, Philip, Anders KOTTORP, Cecilia FRIDÉN, Anna FROHM and Annette HEIJNE. 2018. Young, talented and injured: Injury perceptions, experiences and consequences in adolescent elite athletes. European journal of sport science [online]. ABINGDON: Routledge, 18(5), 731-740. DOI: 10.1080/17461391.2018.1440009. ISSN 1746-1391.

WHITTON, Oliver Mark, Joanna BOWTELL and Martin JONES. 2023. A critical consideration of the role of mental toughness and pain in the acute pain experiences of athletes. International Review of Sport and Exercise Psychology [online]. ABINGDON: Routledge, 16(1), 210-230. DOI: 10.1080/1750984X.2020.1836672. ISSN 1750-984X.

WOODMAN, Tim and Lew HARDY. 2001. A Case Study of Organizational Stress in Elite Sport. Journal of applied sport psychology [online]. ABINGDON: Taylor & Francis Group, 13(2), 207-238. DOI: 10.1080/104132001753149892. ISSN 1041-3200.

ZHAO, Pengfei, et al. Reconceptualizing the Link Between Validity and Translation in Qualitative Research: Extending the Conversation Beyond Equivalence. International Journal of Qualitative Methods, 2024, 23: 16094069241260134.