

### Posudek na rigorózní práci

**Název práce:**           **Negativní podmínky výkonnostního sportu**  
**Autorka:**               **Mgr. Barbora Matějčková**  
**Školitel práce:**       **doc. Mgr. Jiří Mudrák, Ph.D.**  
**Oponentka:**           **Bc. Lucie Zernerová, MSc., Ph.D.**

Práce se zaměřuje na aktuální a relevantní téma, které se zabývá psychologickými aspekty syndromu vyhoření a přetrénování u sportovců. Vzhledem k narůstajícímu zájmu o problematiku duševního zdraví v oblasti sportu považuji výběr tématu za velmi přínosný, a to jak z pohledu teoretického, tak z pohledu možných praktických aplikací. Výsledky této práce mohou posloužit trenérům a sportovním psychologům pro identifikaci rizikových faktorů vedoucích k syndromu vyhoření a přetrénování u sportovců.

**CÍLEM** předložené rigorózní práce je sledovat negativní podmínky výkonnostního sportu a zjistit souvislost mezi psychologickými faktory (např. perfekcionismus, sportovní identita, motivační klima) a projevy syndromu přetrénování a vyhoření u výkonnostních sportovců. Práce rozšiřuje autorčinu diplomovou práci o nové faktory a nový výzkumný vzorek výkonnostních sportovců (N = 123).

**PO FORMÁLNÍ STRÁNCE** obsahuje předložená práce devět kapitol. Literární přehledová část je rozdělena na pět poměrně přehledných a jasně strukturovaných kapitol a empirická část představuje výsledky dvou kvantitativních šetření. Práce obsahuje 115 stran textu včetně seznamu použité literatury. Seznam literatury, jehož formátování neodpovídá APA normě, zahrnuje 173 zdrojů, přičemž velká část představuje tituly v anglickém jazyce.

**V TEORETICKÉ ČÁSTI** autorka nejprve představuje klíčová témata své práce: syndrom vyhoření, přetrénování, motivace ve sportu a také osobnostní charakteristiky, které představují rizikové faktory pro syndrom vyhoření a přetrénování. Přestože se jedná o rozšíření autorčiny DP, autorka se zde velmi často opírá o starší zdroje a nevyužívá příležitosti reflektovat aktuální poznatky a trendy v souvislosti se zkoumáním syndromu vyhoření a přetrénování u sportovců.

Velmi častým nešvarem této rigorózní práce je citování sekundárních zdrojů – např. na str. 14: Autorem odborného názvu „burnout syndrom“, v českém překladu „syndrom vyhoření“, který se objevuje v psychologii a psychoterapii, je Hendrich Freudenberger. Tento syndrom popsal v roce 1974 v časopise Journal of Social Issues a definoval jej takto: „*Burnout syndrom je*

*konečným stádiem procesu, při němž lidé, kteří se hluboce emocionálně něčím zabývají, ztrácejí své původní nadšení a svou motivaci“* (Ptáček et al., 2011). Anebo na str. 47 se objevuje odkaz na zdroj ohledně Big 5, přičemž autorka opět cituje sekundární zdroj a nikoliv původní autory: „Do hlavních 5 faktorů spadá: neuroticismus, extraverte, otevřenost, příjemnost a svědomitost (Smékal, 2012).“

V některých částech práce odkazy na zdroje zcela chybí - např. na str. 18 „Syndrom vyhoření v obecné rovině, a to jak v případě konkrétních jednotlivců, tak spolupracujících skupin, je u běžné populace nejčastěji zapříčiněn tlakem na výkon v zaměstnání. Jedná se o prožívání spojované s pracovním prostředím jedince. Výzkumy věnované tomuto syndromu za posledních 25 let opravdu určily situační faktory za stěžejní koreláty tohoto jevu. V dané problematice tedy hraje zásadní roli komplexní pracovní situace v zaměstnání na přítomnost syndromu vyhoření u jednotlivců (Maslach et al., 2001).“ – zde by bylo vhodné doplnit alespoň odkaz na přehledovou studii s výzkumy za posledních 25 let.

Některá tvrzení v kontextu této práce se dají považovat za problematická – např. na str. 15 „Příznaky syndromu vyhoření jsou však multidimenzionální, a proto není možné určit jejich přesnou a spolehlivou podobu. Jsou často přítomny psychiatrické, psychosomatické, somatické a sociální známky poruch. Hlavní psychiatrické poruchy jsou, kromě chronické únavy a nepřetržitého vyčerpání, hromadně označované jako „duševní dysfunkce“. Tyto dysfunkce zahrnují problémy s koncentrací a paměťové poruchy (nedostatek přesnosti, dezorganizace), nedostatek energie a změny osobnosti (nedostatečný zájem, cynismus, agresivita). Mezi vážnější poruchy řadíme úzkostné a depresivní poruchy, které mohou skončit až sebevraždou. Se syndromem vyhoření tedy může teoreticky souviset i rozvoj závislostí (např. alkohol, léky). Častými somatickými poruchami jsou bolesti hlavy, gastrointestinální poruchy (podrážděný žaludek, průjem) nebo kardiovaskulární poruchy, jako je například tachykardie, arytmie a hypertonie (Weber & Jaekel-Reinhard, 2000).“ – toto tvrzení je problematické jak z hlediska diagnostiky syndromu vyhoření, který byl v roce 2019 zahrnut do 11. revize Mezinárodní klasifikace nemocí (ICD-11), což však autorka ve své práci nezmiňuje, tak i z hlediska autorčiny práce s odbornou literaturou, kde se autorka velmi často opírá o starší zdroje (přičemž by mohla čerpat z novějších publikací), o sekundární zdroje bez odkazu na původní autory anebo svá tvrzení ponechává zcela bez odkazů na relevantní zdroje.

Bohužel se zde objevují i drobné faktické chyby - např. obr. 1 na str. 20 představuje původní verzi JD-R modelu z roku 2007, jako zdroj tohoto obrázku je uveden přehledový článek Bakker & Demerouti (2017), v němž se již tato původní verze modelu neobjevuje a článek naopak představuje zrevidovanou verzi JD-R teorie, která představuje nové koncepty v podobě osobních zdrojů a mediátorů postulovaných procesů („job crafting“ a „self-undermining“) - tyto nově uvedené aspekty JD-R teorie však autorka ve své práci nereflektuje, přestože by bylo možné poukázat na jejich souvislost s výše uvedeným dělením rizikových faktorů syndromu vyhoření na vnitřní a vnější.

V kapitole 1.5 autorka představuje čtyři modely syndromu vyhoření u sportovců navržené v 90. letech a integrovaný model syndromu vyhoření u sportovců – přestože se jedná o klíčovou oblast zaměření této práce a velmi aktuální téma vzhledem k široké medializaci problémů v oblasti duševního zdraví u sportovců (např. u Simone Biles a dalších), autorka zde neuvádí žádné empirické ani přehledové studie, které by se těmito modelům věnovaly po roce 2011. Nabízí se tedy otázka, **zda a jak se tyto teorie vyvíjejí v současné době, a také jaké poznatky**

**přináší novější empirické zkoumání syndromu vyhoření ve sportu například v posledních 10 letech.** Podobným, nedostatkem aktuálních teorií a studií se vyznačuje i následující kapitola ohledně syndromu přetrénování (a to i přesto, že tato kapitola obsahuje odkaz na přehledovou studii Armstrong et al. (2022), přičemž však nezmiňuje její poznatky anebo závěry).

V kontrastu s předchozími kapitolami pak autorka velmi dobře zpracovala kapitolu 3.2.3 o „Growth mindset theory“ Carol Dweckové a 3.3 o motivaci ve vztahu k syndromu vyhoření a přetrénování a 3.4 motivační klima, kde se věnuje jak teoretickým východiskům, tak i empirickým výzkumům v oblasti sportu, přičemž diskutuje novější poznatky a interpretuje závěry uvedených studií.

**EMPIRICKÁ ČÁST** práce představuje výsledky dvou kvantitativních šetření, z nichž jedno bylo prezentováno jako autorčina DP a druhé bylo rozšířením původní studie. V empirické bylo testováno osm hypotéz a pro sběr dat bylo použito devět různých škál. Škály jsou velmi dobře popsány v metodologické části, jen by bylo vhodné ještě doplnit, zda byly škály administrovány v původním (anglickém) jazyce, a pokud byly administrovány v české verzi, bylo by vhodné doplnit informace ohledně překladů a validizace jednotlivých škál. Výsledky empirických šetření autorka prezentuje v kapitole 7. Přestože výsledky deskriptivní statistiky jsou prezentovány zvlášť pro studii 1 a 2, výsledky testování navržených hypotéz jsou prezentovány v jedné kapitole a není tedy zcela jasné, zda byla pro testování hypotéz použita data z obou studií zároveň, anebo který dataset byl použit pro testování uvedených hypotéz. Výsledky testování hypotéz pak následuje prezentace výsledků (exploračních) regresních analýz, které nebyly vedeny žádnými hypotézami – výsledky v této části však nejsou prezentovány zcela srozumitelně a formátování neodpovídá APA stylu (chybí zde vysvětlení zkratk v poznámce, v Tabulce 9 na str. 84 jsou prezentovány výsledky regresní analýzy, není však jasné, zda se jedná o vícečetné regresní analýzy s velkým množstvím prediktorů anebo jednoduché regrese s jediným prediktorem, chybí zde údaje o  $R^2$  a chybí zde interpretace prezentovaných výsledků).

Samotná interpretace výsledků se pak objevuje až **V DISKUZNÍ ČÁSTI** práce v následující kapitole (8. Diskuze), která by však měla tyto výsledky již diskutovat v kontextu předchozích výzkumů uvedených v úvodních částech práce. Dá se tedy říci, že hlubší diskusi vlastních zjištění a kritickému zhodnocení jejich významu v souvislosti s teoretickými východisky této práce a jejich empirickou oporou, je v této práci věnován pouze velmi malý prostor. V diskuzi limitů předložené práce se neobjevuje zmínka o rizicích vyvozování kauzálních závěrů na základě výsledků průřezového šetření. Autorka například uvádí, že zjistila negativní souvislost mezi vnitřní motivací a syndromem vyhoření a negativní souvislost mezi amotivací a vyhořením (str. 89). Na základě výsledků regresní analýzy pak konstatuje, že dvě formy vnitřní motivace fungují jako protektivní faktory před syndromem vyhoření – nabízí se tedy otázka, zda vyčerpání spojené se syndromem vyhoření nemůže mít naopak vliv na vlastní motivaci sportovců (tedy možnost obrácené kauzality) a zda existují longitudinální výzkumy, které by tyto kauzální souvislosti ověřovaly z dlouhodobého hlediska. V souvislosti s praktickými

aplikacemi uvedených zjištění se dále nabízí otázka, **jaká by tedy mohla být praktická doporučení pro samotné sportovce a jejich trenéry, kteří by u svých svěřenců chtěli předcházet syndromu vyhoření a přetrénování.**

I přes výše uvedené nedostatky, velmi oceňuji autorčinu snahu propojit teoretické koncepty s praktickými výzkumy v oblasti vrcholového sportu. Předloženou práci **DOPORUČUJI K OBHAJOBĚ s návrhem hodnocení PROSPĚLA.**



V Hradci Králové, 11. 11. 2024

Bc. Lucie Zernerová MSc. PhD.