

Sportovní vývoj vrcholového sportovce je provázen mnoha více či méně úspěšnými etapami. Dochází k neustálé konfrontaci sportovce se schopností podat žádoucí výkon, s rizikem tělesné i psychofyzické námahy, s otázkami zdravotního stavu, přetížení a rehabilitace. Proto každá nová situace, nové podmínky života a činnosti prověřují sportovce, jeho přizpůsobivost i psychické předpoklady pro nové situace a okolnosti.

Ke sledování problematiky odchodu sportovců ze Střediska vrcholového sportu nás vedlo zjištění, že každoročně z těchto středisek odchází 1/5 sportovců pro nesplnění výkonnostních ukazatelů. Proto byl vytvořen projekt jednorázového výzkumu, který organizačně probíhal ve 4 pražských střediscích. V souvislosti s uvedeným problémem jsme si stanovili následující úkoly a cíle: 1. určit, za jakých okolností sportovci odcházejí; 2. jakou měrou se na odchodech sportovců podílejí jejich životní události či situace; 3. které životní události a situace významně zasahují do sportovního vývoje.

Životními událostmi či situacemi jsme nazvali takové události či situace, které zasáhly do sportovního vývoje natolik, že sportovec či jeho činnost významně ovlivnily. To znamená, že jsme se nezabývali širokou kategorií pojmu životní událost či situace z hlediska filozofického či psychologického, ale že nám šlo především o označení konkrétních jevů, které v jednotlivých případech do sportovního vývoje sportovců zasáhly. V následujícím textu jsou často uvedeny vedle sebe nesrovnatelné životní události a situace (např. studijní problémy, těhotenství apod.). Nejde nám o jejich porovnatelnost, ale o zdůraznění jejich významnosti pro toho kterého sportovce. Z hlediska vlivu na sportovní vývoj mohou být pro jednoho sportovce významné právě studijní problémy, zatímco pro jiného mohou zůstat bez podstatného vlivu a ovlivní jej zcela jiné okolnosti. Stejně tak se nezabýváme kvalitou vlivu jednotlivých událostí či situací; uvědomujeme si, že svým charakterem mohou mít i negativně přijímané události či situace vliv pozitivní a naopak.

V našem jednorázovém výzkumu jsme chtěli pouze poukázat na významnost této problematiky, na závažnost těchto otázek, které by si zasloužily větší pozornost a jejichž řešení by mohlo být přínosem pro komplexnější přístup a posouzení odchodu sportovců ze Střediska vrcholového sportu a pro sledování příčin poklesu jejich výkonnosti.

Z hlediska organizačního byl výzkum rozdělen do dvou etap.

I. etapa byla extenzivní, zaměřená na sběr dat a analýzu získaných údajů od 580 sportovců, kteří v průběhu let 1975—1980 ze středisek odešli. Jednalo se o sportovce ze čtyř Středisek vrcholového sportu, zastupujících celkem 16 sportovních disciplín. Zaměřili jsme se především na důvody jejich odchodu, viz tab. 1.

Důvody odchodu byly většinou uváděny ve vzájemných kombinacích, například životní události a psychologicky podmíněné důvody, životní události a zdravotní důvody, výkonnostní a psychologicky podmíněné důvody, výkonnostní a sociálně pedagogické důvody.

Tabulka 1. Přehled, četnost výskytu, pořadí a procentuální vyjádření celkového počtu uvedených důvodů odchodu ze Střediska vrcholového sportu

Pořadí	Důvody odchodu	N	%
1	životní události	160	23,7
2	výkonnostní	142	21,1
3	věkové	92	13,6
4	zdravotní	82	12,2
5	psychologicky podmíněné	74	10,9
6	jiné	66	9,8
7	sociálně pedagogické	36	5,3
8	disciplinární	23	3,4

V rámci *životních událostí* byly uvedeny: nástup nebo návrat z vojenské služby, školní prospěch a problémy studijního rázu vůbec, gravidita, rodinné problémy, nesrovnalosti v zaměstnání, změna zaměstnání (nástup či odchod), nesouhlas rodičů, sňatek, přestěhování, rozvod.

Výkonnostní důvody: stagnace výkonu, nesplnění výkonnostního cíle, náhlý pokles výkonu, nesplnění výkonnostních kritérií, pomalý nárůst výkonu, pokles ze špičky.

Psychologicky podmíněné důvody: ztráta motivace, ztráta zájmu o sport, přesun zájmů, slabá motivace, změny v hodnotové orientaci, neúnosnost a nezvládnutelnost požadavků, strachová bariéra, přesycení sportem, psychická labilita, oslabení vůle, odloučení od rodiny.

Sociálně pedagogické důvody: neshody s trenérem, neshody s vedením, špatná tréninková morálka, nízká angažovanost v tréninkovém procesu, přechod za trenérem, nesoulad ve sportovním kolektivu, neochota na sobě pracovat, pedagogické problémy, nátlak rodiny.

Disciplinární důvody: porušení disciplíny a kázně vůbec, nepřizpůsobenost podmínkám Střediska vrcholového sportu.

Jiné důvody: změny váhy či výšky, finanční potíže, nepřevezení do kategorie dospělých, ukončení sportovní činnosti na vlastní žádost či na žádost rodičů, orientace na jiný druh sportu, kádrová přestavba sportovního družstva, přechod na trenérskou činnost.

Účelem této etapy sledování bylo získání určitého přehledu o okolnostech a momentech, které se na odchodech sportovců ze Středisek vrcholového sportu podílejí.

Lze konstatovat, že:

- odchody sportovců ze Středisek vrcholového sportu často souvisí s životními událostmi;
- spolupodílejí se na nich důvody výkonnostní, věkové, zdravotní, psychologicky podmíněné, jiné, sociálně pedagogické, disciplinární a jejich vzájemné kombinace.

II. etapa výzkumu byla zaměřena na intenzivní sledování 15 sportovců ze Středisek vrcholového sportu (7 žen a 8 mužů), zastupujících 5 sportovních disciplín. Tito sportovci byli v období sledování ještě ve Středisku vrcholového sportu, ale byli zároveň připraveni k vyřazení ze střediska. Cílem bylo zjištění konkrétních příčin jejich odchodu a souvisejících okolností. S pobytem ve Středisku vrcholového sportu spojovali sportovci většinou tato očekávání:

vytvoření ideálních podmínek pro vrcholový sport, zlepšení tréninkové přípravy a tím i výsledků, možnost pokračovat ve sportovní přípravě pod vedením odborníka, získání zkušeností v dané sportovní disciplíně, reprezentaci, zvýšení výkonnosti, upevnění vztahu ke sportu; někteří neměli jasnou představu co očekávat.

S jakými problémy se během pobytu ve Středisku vrcholového sportu sportovci setkávali:

negativní hodnocení sportu ze strany středoškolských i vysokoškolských učitelů, na jedné straně vysoké požadavky vedení Střediska vrcholového sportu a na druhé straně malé ohledy na mimosportovní povinnosti, nedostatečný individuální přístup ke sportovcům, malý zájem o sportovce po dobu jeho zranění či léčení, nedůvěra vůči sportovci.

Při celkovém hodnocení pobytu ve Středisku vrcholového sportu se vyskytovala řada různých názorů: na jedné straně bylo kladně hodnoceno upevnění vztahu sportovce a trenéra, společné překonávání překážek, poznání nových lidí a prostředí, celkové obohacení poznatků, vytvoření nových sociálních vazeb, uvědomění si vlastní role, na druhé straně se projevila nespokojenost s neupřímnými vztahy s trenérem, zklamání nad nedosaženými cíli, vědomí nevyužití období vrcholné výkonnosti, zklamání nad nedostačující pozorností věnovanou sportovcům, nespokojenost se způsoby vedení tréninku (např. zaměření spíše na kvantitu) apod. Příčinami nezdarů byly kromě poklesu výkonnosti i studijní problémy, rodinné či v zaměstnání a blízkém sociálním okolí sportovce, ale také například změna posádky (u veslařů) krátce před závodem, nejistota nominace na významný závod, nedostatek času pro zvládnutí nové techniky, nedůvěra trenéra vůči sportovci.

Aplikací vybraných metod (1) jsme získali informace o dvou základních kategoriích životních událostí: a) o nichž se sportovci domnívají, že ovlivňují jejich vývoj; b) které skutečně vývoj sportovce v konkrétních podmínkách ovlivnily.

ad a) V rámci *možných událostí* byly jako „rozhodující“ označeny:

— ztráta uspokojení a smyslu sportovní činnosti	60 %
— zdravotní potíže	53 %
jako „silně působící“ byly označeny:	
— výrazné zhoršení vztahu s životním partnerem	64 %

(1) Ve výzkumu byly použity následující metody:

1. Dotazník — Seznam životních událostí:
- a) Sportovcům byl jednotlivě předložen výčet životních událostí a jejich úkolem bylo určit, které z uvedených událostí dle jejich názoru zasahují do sportovního vývoje a jak silný je jejich vliv (přitom se rozhodovali podle 5ti bodové škály, kde 1 znamenala „nemá vliv“ a 5 „má rozhodující vliv“).
- b) Výčet životních událostí byl jednotlivým sportovcům předložen ještě jednou, tentokrát bylo jejich úkolem označit, které z uvedených životních událostí u nich nastaly (případně jiné, které doplnili sami), kdy nastaly a jak silný byl jejich vliv na sportovcův vývoj; vliv posuzovali opět na 5ti bodové škále, kde 1 znamenala „nemá vliv“ a 5 „má rozhodující vliv“.
2. Škála posouzení sportovce: jednotlivé sportovce posuzoval trenér, podle uvedených kritérií.
3. Sebehodnocení vrcholového sportovce: jednalo se o dotazník, který vyplňovali jednotliví sportovci; v jeho první části hodnotili svůj život vůbec, čemu v něm dávají přednost, co odmítají atd., ve druhé části se zamýšleli nad vlastním jednáním, prožíváním ve vztahu k osobně významným soutěžím, závodům a startům (z hlediska časového i z hlediska reakce na úspěch či neúspěch v soutěži).
4. Řízený rozhovor: individuálně se sportovcem
individuálně s trenérem.

— neshody s trenérem	47 0/0
— vlastní sportovní neúspěch	47 0/0
— nedosažení sportovního cíle	47 0/0
— úmrtí někoho blízkého	47 0/0
— alkoholismus vlastní, v rodině	36 0/0

ad b) *Události, které skutečně sportovní vývoj a činnost sportovce ovlivnily:*
 „rozhodující“:

— ztráta uspokojení a smyslu sportovní činnosti	33 0/0
— neshody s trenérem	28 0/0
— nástup nebo návrat z vojenské služby	25 0/0
— zhoršení vztahů ve sportovním kolektivu	20 0/0

„silně působící“:

— zdravotní potíže	54 0/0
— nový partnerský vztah	45 0/0
— nevěra partnera	33 0/0
— výrazné zhoršení vztahů s životním partnerem	33 0/0
— výrazný sportovní neúspěch	24 0/0

V souvislosti s odchody sportovců ze Středisek vrcholových sportů se setkáváme se 3 faktory: procesem selekce, věkem a sportovním zraněním. Proces selekce probíhá na každé sportovní úrovni a je zákonitě provázen postupným odpadáváním slabších sportovců. Ke snížení počtu sportovců dochází také při jejich přechodech z nižších kategorií či v rámci Střediska vrcholového sportu. Jen v pražských Střediscích vrcholového sportu tak dojde ke ztrátě 25 0/0 sportovců.

Faktor věku souvisí s tím, že vrcholový sport provozují jedinci zhruba od 15 do 34 let. Se stoupajícími fyziologickými změnami dochází u mnohých k boji o zachování sportovní kariéry. Navíc se na stárnoucího sportovce zvyšuje tlak ze strany mladších, nastupujících sportovců.

Častou příčinou náhlého ukončení sportovní činnosti jsou již uvedená sportovní zranění, která mohou mít pro budoucnost sportovce vážné následky a mohou značně omezit možnosti bývalého aktivního sportovce.

Málokterý sportovec se ve vrcholovém sportovním období stará o to, co bude, až jeho sportovní sláva skončí. Navíc není připraven čelit ani stávajícím problémům či událostem. Nevyrovnává se s nimi adekvátně, podléhá jim, ztrácí výkonnost, uspokojení ze sportovní činnosti a to vše vede k jeho předčasné rezignaci na sportovní kariéru. Je někdy až s podivem, že řada vrcholových sportovců, kteří se zodpovědně věnují sportovní přípravě a činnosti, zanedbává vlastní přípravu na životní dráhu. Přitom společnost klade na dospívajícího sportovce náročné úkoly v oblastech sociální i emocionální zralosti, v oblastech zformování životní filozofie. Selhání v důsledku nedostatečné připravenosti se pak zákonitě nepříznivě odráží v růstu či stabilizaci špičkové sportovní výkonnosti. Lze tedy konstatovat, že některé životní události jsou pro sportovce demotivující.

Vrcholový sport vyžaduje od sportovce stále více času a sportovec vše podřizuje rozvoji a stabilizaci výkonnosti. Tato jednostranná koncentrace s sebou nese omezení způsobů chování v ostatních životních oblastech. Ztožnění se se sportem má své kořeny již v dětství, pokračuje v období dospívání až do dospělého věku a je stále upevňováno. Často je nesprávně podporováno jednostranným zaměřením na rozvoj sebeúcty v závislosti na úspěchu či neúspěchu ve sportu. Tento jev lze pozorovat v mnoha našich současných sportovních disciplínách. Sportovec rozvíjí své sportovní schopnosti a sou-

časně očekává, že bude úspěšný i z hlediska sociálního. Tato nesprávná orientace vede k tomu, že se sportovec dostává do nepřijatelných sociálních situací, provázených úzkostmi, pocitu prázdnoty a různými konflikty, které pak vedou k celkovému snížení výkonnosti a odchodu ze Střediska vrcholového sportu.

O úspěšných sportovcích, kteří se osvědčili i v povolání, se hovoří často, přestože se jedná spíše o výjimky. Častější jsou případy sportovců, kteří od sportu odešli z důvodů zranění či nedosažení sportovní výkonnosti. Nemělo by se přehlížet ani to, že neustálá snaha po lepších výkonech může být na škodu vzájemnému lidskému soužití, může vést k chorobné ctižádosti a snaze po uplatnění, a tak obracet v opak často vyzvedávané etické, resp. výchovné hodnoty sportu.

Svoji úlohu sehrává i vědomí epizodičnosti sportovní kariéry, což má vliv na hodnocení vlastní dráhy a hodnotovou orientaci sportovce vůbec. Mezi uvedenými důvody odchodu ze Střediska vrcholového sportu byla například více než 60 % zastoupena „ztráta uspokojení a smyslu sportovní činnosti“. Navíc vrcholné sportovní období často koliduje s obdobím, kdy je hledán a nacházen životní partner sportovce. Je-li pak hodnotová orientace partnera jiná, dochází často k vzájemným konfliktům, které neurotizují sportovce a působí pokles jeho výkonnosti.

Vliv životních událostí na změnu psychického stavu jedince je závislý na mnoha faktorech. Nezávisí jednoznačně ani na situacích vyvolávajících zátěže, ani pouze na struktuře osobnosti jedince, který je zátěži vystaven, ale zřejmě především na vzájemné interakci mezi nimi.

Nemalou úlohu sehrává také faktor času. Schopnosti adaptovat se a přijímat za své nové podmínky (např. SVS) jsou individuální. Stanovení dosažitelných cílů, studium a analýza postupů, záznamy o osobních výkonech, modifikace tréninku a řada dalších prostředků pro zefektivnění tréninku je známa, ale zřejmě se v počátečním období vývoje sportovce nedoceňuje.

Samo zaznamenávání životních událostí pochopitelně ještě nevypovídá nic o tom, jaké mechanismy působí na změnu psychického stavu sportovce. Je nebezpečí, že při posuzování větších změn či životních událostí mohou být opomenuty vlivy menší, které se dlouhodobě kumulují. Jako příklad lze uvést postupně rostoucí tenzi mezi partnery, trenérem a sportovcem, pocit zhoršování zdravotního stavu atd. Přestože se velkým životním událostem nelze vyhnout, byla by v mnohých případech možná určitá prevence či terapie, která by jim předcházela nebo je následovala. V případě menších potíží je analýza mnohem obtížnější, protože sportovec i jeho okolí je často bagatelizují, objektivní příčiny nelze většinou odstranit, a tak se během doby jejich působení prohlubuje.

Pro pochopení a vysvětlení všech souvislostí odchodů sportovců ze Středisek vrcholového sportu nestačí zaměřit se pouze na sledování významných životních událostí. Je nutné znát to, jak se jedinec se situacemi vyrovnává, jaká je struktura životních frustrací, které mohou být potenciálně zdrojem psychických změn a selhání a jaké jsou osobnostní předpoklady sportovce samého. Preventivně by měla být zjišťována hodnotová orientace sportovce, struktura jeho spokojenosti v oblastech sportovních i mimosportovních, okruhy životních událostí, které by se mohly stát zátěžovými. Domníváme se, že uvedené poznatky by měly být brány v úvahu zejména při výběru sportovců do Středisek vrcholového sportu, při plánování jejich sportovního růstu a při jejich posuzování.