

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích

Teologická fakulta

Diplomová práce

MOTIVACE ADOLESCENTŮ KE SPORTU

Autor práce: Bc. Lucie Skálová

Vedoucí práce: doc. MgA. Stanislav Suda, Ph.D.

Studijní program: Pedagogika volného času (KS)

2023

Prohlašuji, že jsem autorkou této kvalifikační práce a že jsem ji vypracovala pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu použitých zdrojů.

30. 6. 2023

.....

Děkuji vedoucímu diplomové práce doc. MgA. Stanislavu Sudovi, Ph.D., za cenné rady, připomínky a metodické vedení práce.

Obsah

Úvod.....	6
1 Charakteristika období adolescence.....	8
1.1 Pedagogické hledisko	9
1.2 Fyziologické hledisko.....	10
1.3 Psychologické hledisko	11
2 Motivace	13
2.1 Motivy	14
2.2 Vnitřní motivace	14
2.3 Vnější motivace	15
2.4 Motivace ve sportu	16
3 Cheerleading	18
3.1 Složky cheerleadingu.....	19
3.2 Rozdělení cheerleadingu.....	20
3.2.1 Dělení podle věku.....	20
3.2.2 Dělení podle obtížnosti.....	21
3.2.3 Dělení podle pohlaví	21
3.3 Soutěžní kategorie	22
4 Design výzkumu	22
4.1 Metodologické paradigma	23
4.2 Výzkumná metoda	23
4.2.1 Výzkumný vzorek	24
4.2.2 Sběr dat a jejich zpracování	24
4.2.3 Charakteristika informantů.....	24
5 Popis řešení	28
5.1 Sběr dat.....	28

5.2	Průběh rozhovorů	29
5.3	Analýza dat.....	30
6	Výsledky šetření	53
7	Diskuze	56
	Závěr	60
	Seznam použitých zdrojů.....	62
	Příloha.....	65
	Abstrakt.....	96
	Abstract.....	97

Úvod

Tématem mé diplomové práce je motivace adolescentů ke sportu, volba tohoto tématu je ovlivněna mým osobním zájmem a pravidelným kontaktem s adolescenty ve sportovním prostředí. Mám dlouholetou praxi na pozici trenéra mládeže sportovního cheerleadingu a během svého dospívání jsem byla aktivním sportovcem v cheerleadingovém klubu. Při vypracování diplomové práce budu čerpat kromě jiných zdrojů i ze svých zkušeností a z aktuálního dění v českém cheerleadingu.

Základními cíli mé diplomové práce je zjistit důvody odchodu aktivních adolescentních členů z cheerleadingového klubu a vytvořit modelovou situace, ve které adolescent začíná o odchodu uvažovat. Sama jsem byla svědkem odlivu velkého množství dospívajících, úbytek členů tohoto věku je patrný ve statistikách členské základny České asociace cheerleaders a tento fakt začíná být problémem pro národní reprezentační tým. Zajímá mě tedy, jaké důvody k odchodu z cheerleadingového týmu identifikují sami sportovci i jak budou popisovat proces rozhodování. Já sama jsem byla v podobné situaci, proto je připojen i příběh výzkumníka a poté je porovnán s ostatními. Informace budou čerpány převážně z rozhovorů s adolescenty, kteří se rozhodli odejít z cheerleadingového klubu.

Tato diplomová práce je rozdělena do dvou hlavních bloků – teoretický a empirický. První kapitola diplomové práce je zaměřena na popis období adolescence a všech jejích charakteristik. Je popsán vývoj jedince z hlediska pedagogického, fyziologického a psychologického. Druhá kapitola je věnována motivaci a její důležitosti, největší důraz je kladen na přiblížení motivace sportovní. Třetí kapitola obsahuje bližší popis sportovního odvětví cheerleading. Jsou zde vysvětlena specifika soutěžních kategorií, přiblíženy obtížnostní levely a blíže popsány jednotlivé prvky tohoto sportu. Od čtvrté kapitoly se jedná o empirický blok. Čtvrtá kapitola je věnována metodologii výzkumu, popisuje výzkumnou metodu, výzkumný vzorek, metodu sběru dat a jejich zpracování. Nejobsáhlejší je kapitola pátá, která se zaměřuje na popis řešení, konkrétně přibližuje sběr dat, průběh rozhovorů a jejich záznam a především analýzu dat. V kapitole šesté jsou popsány výsledky šetření, sedmá kapitola je věnována závěrečné diskuzi.

Podstatou empirické části je kvalitativní výzkum, jehož cílem je zjistit důvody odchodu aktivních adolescentních členů z cheerleadingového klubu a vytvořit modelovou

situaci, ve které jedinec začne o odchodu uvažovat. Data pro výzkum byla získávána pomocí hloubkových polostrukturovaných rozhovorů se sedmi dospívajícími.

Primárními zdroji, ze kterých bylo v této diplomové práci čerpáno, jsou odborná literatura z oblasti psychologie, především vývojové a odborná literatura na téma sportovní přípravy dětí a motivace ke sportovním aktivitám. Hojně byly využívány webové stránky České asociace cheerleaders a elektronické dokumenty asociací vytvořené, a to především pro bližší popis a přiblížení tak specifického sportovního odvětví, jakým cheerleading je, protože tištěné dokumenty zatím v této oblasti neexistují.

1 Charakteristika období adolescence

Pojem adolescence vznikl z latinského slova **adolescere**, což v překladu znamená dorůstat, dospívat. V českém jazyce se tedy často setkáváme i s označením dospívající. Je to období přechodu mezi dětstvím a dospělostí. Dochází k celkové proměně osobnosti, a to jak z hlediska fyziologického, tak z hlediska psychologického a sociologického.

Za období adolescence je nejčastěji považováno období mezi 15. a 20. až 22. rokem života. Podíváme-li se na fyzické změny v období adolescence, jde především o proměnu postavy, pohlavní zrání, dovršení schopnosti reprodukce a zastavení tělesného růstu. Všechny biologické změny mají u jedince vliv i na oblast psychickou a sociální. (srov. MACEK 1999: 11-12) „*Je to období hledání a přehodnocování, v němž má jedinec zvládnout vlastní proměnu, dosáhnout přijatelného sociálního postavení a vytvořit si subjektivně uspokojivou, zralejší formu vlastní identity.*“ (VÁGNEROVÁ 2005: 321)

Dospívání bývá často také označováno jako bouře a konflikt. „*G. S. Hall tedy líčí adolescenci jako nevyhnutelný a dramatický střet protikladných tendencí v člověku. I když bere v úvahu interpersonální, kulturní a sociální variabilitu, v kontextu teorie rekapitulace je toto konfliktní stadium ve vývoji osobnosti třeba respektovat jako nevyhnutelné a přirozené.*“ (MACEK 1999: 17) Tento boj uvnitř dospívajícího člověka má své důsledky, které jsou u většiny adolescentů jasně patrné na vývoji jeho osobnosti i na jeho chování.

Podle E. H. Eriksona je úkolem období adolescence vytvoření identity vlastního já. MACEK (1999: 21) uvádí přehled několika bodů, které by měly být splněny na konci období dospívání. Některé z nich jsou:

- Přijetí vlastního těla, fyzických změn, včetně pohlavní zralosti a pohlavní role.
- Uplatnění emocionálního a kognitivního potenciálu ve vrstevnických vztazích, schopnost a dovednost vytvářet a udržovat vztahy s vrstevníky obojího pohlaví.
- Změna vztahů k dospělým (rodičům, dalším autoritám) – autonomie, popř. vzájemný respekt a kooperace nahrazuje emociální závislost.

- Získání představy o ekonomické nezávislosti a směřování k určitým jistotám, které s ní souvisejí – k volbě povolání, k získání základní profesní kvalifikace, k ujasnění představ o budoucí profesi.
- Rozvoj intelektu, emocionality a interpersonálních dovedností zaměřených ke komunitě a společnosti – tj. získání kompetence pro sociálně zodpovědné chování.
- Představa o budoucích prioritách v dospělosti – důležitých osobních cílech a stylu života.
- Ujasnění hierarchie hodnot, reflexe a stabilizace vlastního vztahu ke světu a k životu (světový názor).

U každého jednotlivce jsou tyto vývojové úkoly ukončeny v jiné době. Někdo dospěje již na začátku tohoto vymezeného období (např. okolo 16 let), někteří jedinci potřebují delší čas a dospívají až kolem 25. roku. Vše závisí na vývojové fázi, individualitě dané osobnosti. „*Samostatné období dospívání se v průběhu našeho století stále rozšiřuje – na jedné straně děti začínají dnes dříve dospívat, na druhé straně se stávají plně ekonomicky a sociálně nezávislími později vzhledem ke stoupajícím nárokům společnosti.*“ (LANGMEIER, KREJČÍŘOVÁ, LANGMEIER 2002: 87)

Adolescence nebývá pouze mostem mezi dětstvím a dospělostí, má velikou hodnotu i sama o sobě. Spoustu zkušeností i pocitů člověk v tomto období zažívá poprvé a ovlivní jej to na celý zbytek života.

1.1 Pedagogické hledisko

Z pedagogického hlediska se v období adolescence mění vztah pedagog – žák. Dospívající neuznávají autority tak jako dříve, přestávají věřit všemu, co autorita řekne, začínají být kritičtí a vyžadují diskuzi. Podle MACKA (1999: 23) mají adolescenti pocit, že sami ví, co je pro ně nejlepší, soupeří s rodiči, snaží se odpoutat od závislosti na jakékoliv autoritě a oporu hledají u svých vrstevníků. POLEDŇOVÁ (2009: 19) popisuje, jak významnou roli hraje škola v sebehodnocení jedince, adolescenti se podle ní snaží identifikovat příčiny svého výkonu takovým způsobem, aby nebyly v rozporu s představou o sobě. Zlomovým bodem je volba budoucího povolání a výběr školy. Adolescenti zde berou v potaz své schopnosti, dosavadní studijní výsledky, porovnávají je s ostatními vrstevníky a s podmínkami přijetí vybraného studijního oboru. Osoba

pedagoga je velmi důležitá v cestě dospívajícího k dospělosti, měl by být pro adolescenty dobrým vzorem.

Speciální pozici mezi pedagogy zaujímá trenér, jeho role je v podstatě průsečíkem role pedagoga a rodiče. S dospívajícím má specifický vztah vzhledem k prostředí, ve kterém se potkávají. Pro trenéra by měli být svěřenci na prvním místě, měl by se soustředit na jejich rozvoj, získávání nových dovedností a perspektivní přípravu. Trenér by se měl řídit zásadou, že na prvním místě jsou děti, až poté vítězství (srov. PERIČ 2004: 121). Dospívající už jsou schopni toto rozlišit a ocenit.

1.2 Fyziologické hledisko

Adolescence je typická podstatnými tělesnými změnami jedince. Nejvýraznější je pohlavní zrání a růst do výšky. Růst často probíhá nerovnoměrně, končetiny rostou rychleji než trup, růst do výšky je progresivnější než růst do šířky. Dospívající se v hojně míře zajímají o svůj vzhled, porovnávají jej s ostatními vrstevníky. Podle VÁGNEROVÉ (2005: 322) mívají pochybnosti o svém vzhledu i ti nejatraktivnější adolescenti. Pokud je navíc někdo tělesně znevýhodněn, méně si věří a je méně sebejistý. Převážně dívky vnímají změny spojené s dospíváním negativně a svůj vzhled srovnávají s ideálem.

K zásadním změnám dochází v oblasti pohybových schopností. Díky zrychlenému tělesnému růstu je pro dospívající obtížnější ovládat své tělo. LANGMEIER a KREJČÍŘOVÁ (2006: 85) uvádějí, že vývoj motoriky je v období dospívání zpravidla výraznější než v období předcházejícím. Dospívající se rychle vyvíjejí v silové oblasti, jsou hbitější, získávají dovednosti v jemné koordinaci či smysl pro rovnováhu. Rozvoj dynamických silových schopností závisí hlavně na vývoji a zralosti nervosvalové soustavy, statické silové schopnosti by měly být rozvíjeny až po ukončení růstové pubertální akcelerace, a to prakticky pouze u chlapců. Velkou roli u adolescentů hraje také motivace ke sportu a k tělesnému cvičení.

Období dospívání je biologicky vymezeno prvními známkami pohlavního zrání na straně jedné, na straně druhé se jedná o dovršení optimální reprodukční schopnosti a také dokončení tělesného růstu.

1.3 Psychologické hledisko

Z psychologického hlediska se období adolescence potýká se silnými pudovými tendencemi v sexuální oblasti. Dospívající se snaží hledat způsoby jejich uspokojování a kontroly. Dalším typickým znakem dospívání je rozvoj formálně abstraktního způsobu myšlení. Psychologický vývoj v adolescenci je nahlížen z různých úhlů pohledu, každý z nich většinou klade důraz na určitou oblast.

Freudova psychoanalýza se soustředí na pohlavní zrání a nástup sexuální aktivity, Freud nazval toto období dospívání genitální fází. Dospívající zaměřuje svou pozornost na nový objekt (dívku nebo chlapce) a tímto způsobem překonává závislost na rodičích. Navazuje první vážnější partnerské vztahy, upozaďuje své ego a svému partnerovi se snaží něco poskytovat (srov. VÁGNEROVÁ 2005: 322).

Psychosociální teorie popisuje vyrovnávání se s konfliktem daného období. Eriksonův model epigenetického vývoje lidské osobnosti charakterizuje období dospívání jako hledání vlastní identity, boj s nejistotou o sobě samém, pochybnostmi o své pozici ve společnosti atd. Na rozdíl od Freuda považuje za důležitější psychosociální aspekt osamostatnění se od rodičů a rodiny, sexuální složka je pro něj pouze součástí identity dospívajícího (srov. VÁGNEROVÁ 2005: 323).

Kombinací obou teorií je teorie sociálního učení, kterou nemůžeme opomenout. Tato teorie se soustředí na využití možností rozvoje určitých schopností a dovedností, které jsou právě v období dospívání považovány za důležité. Adolescenti získávají ve společnosti nové role a mnohé z těch stávajících se mění ve svém obsahu. „*Každá společnost má nějaká očekávání a na dospívající vytváří tlak, aby se chovali v souladu s nimi.*“ (VÁGNEROVÁ 2005: 323). I tento tlak bezpochyby dospívající formuje, nicméně na každého může mít jiný vliv.

Mezi hlavní znaky psychického vývoje podle LAGMEIERA (2002) patří:

- Kognitivní vývoj – jedinec je schopen chápat abstraktní pojmy, jakými jsou například spravedlnost a pravda, je schopen přemýšlet i o věcech, které si nelze názorně představit. Pokud řeší nějaký problém, nestačí mu pouze jedno nabízené řešení, ale uvažuje o různých alternativách. Z toho vyplývá i větší kritičnost adolescentů k autoritám a jejich tvrzením.

- Emoční projevy – pro období dospívání je charakteristická emoční labilita, časté změny nálad, kdy je adolescent chvíli depresivní, hned nato v povznesené náladě, je vznětlivý, výbušný, často reaguje impulzivně, nepředvídatelně. Dále jsou dospívající často unaveni, hůře se soustředí, k tomu se přidávají poruchy spánku nebo ztráta chuti k jídlu. Mnozí mají potíže s porozuměním svých projevů, proto hledají pomoc a pochopení u druhých, většinou svých vrstevníků.
- Sociální vývoj – hlavními úkoly tohoto období jsou osamostatnění se od rodiny a závislosti na ní, navazování vztahů k vrstevníkům a hledání své vlastní role ve společnosti.

VÁGNEROVÁ (srov. 2005: 246) popisuje výše uvedené podobně. Adolescenti získávají nový způsob uvažování, který jim umožňuje přemýšlet o budoucnosti. Dospívající nejsou zatíženi zkušeností, proto někdy uvažují příliš radikálně. Jejich úvahy jsou flexibilní. V průběhu dospívání jsou schopni přesněji odhadnout vlastní schopnosti a dovednosti. Adolescentní jedinci používají v oblasti zapamatování i vybavování účinnější paměťové strategie. „*V souvislosti s hormonálním dozráváním se mění citové prožívání, emoční reakce mohou být méně přiměřené a značně proměnlivé. Dospívající bývají vztahovační a přecitlivělí. Postupně dochází ke stabilizaci emočního prožívání.*“ (Tamtéž: 246). Adolescenti procházejí proměnou i v emocionální oblasti, postupně se rozvíjí jejich schopnost sebeovládání.

Jedná se o komplexní proměnu osobnosti, která zásadním způsobem ovlivňuje identitu dospívajícího. Dospívající získávají nové role a nové sociální postavení, které je s nimi spojeno, dále se snaží o nové sebe vymezení. Takové proměny představují výzvu, ale také nabízejí možnosti sebezrovoje, je na každém jedinci, zdali těchto možností využije. Psychická proměna, kterou adolescent prochází, mu značně ztěžuje adaptaci ve společnosti. Díky nutnosti rozhodovat se sám za sebe, bez vlivu rodičů často podlehně vlivu svých vrstevníků. Určujícím faktorem pro vývoj dospívajících pozitivním směrem je dobrý vztah s rodiči, pedagogy a ostatními dospělými autoritami.

Dle SMĚKALA (2002: 344) vyplývá osobní identita z psychofyziologické a sociální identity, osobní identita je dána tím, jak je osobnost zakotvena v sociálních vztazích a jak je sžita se svým tělem. Jedná se tedy jak o přijetí svého věku a pohlaví, tak o roli jedince ve společnosti, jeho rodinné, vrstevnické i partnerské vztahy.

Adolescenti se potřebují nějak vymezit, toto uskutečňují ve vztahu k někomu jinému, definují se také příslušností k určité skupině. Tato vazba zvyšuje pocit sebejistoty a sebevědomí a zároveň snižuje individuální zodpovědnost. Vazba na skupinu a identifikace s ní ovšem představuje pouze přechodnou fázi, pomocí níž dospívající překonává nejistotu osamostatnění. Adolescenti se díky období dospívání rozvíjejí podle svých představ a připravují se na období dospělosti. Čím lépe rodiče, pedagogové a trenéři rozumí této životní fázi, tím lépe dokážou reagovat na potřeby dospívajících, jsou schopni je lépe pochopit a být jim oporou. Sport hraje v dospívání značnou roli, umožňuje kontakt s vrstevníky, rozvíjí sociální vztahy, schopnost spolupráce, umožňuje vybití přebytečné energie a může se stát také významnou součástí osobní identity dospívajícího.

2 Motivace

Motivace řídí lidské jednání a chování, směřuje jej k dosažení určitého cíle. Je tedy nedílnou součástí našich životů, jedná se o jakousi „hybnou sílu“. Hlavní funkcí motivace je uspokojování potřeb jedince. Motivace také vyjadřuje naše emoce, které nás poté podporují v konání dané činnosti nebo naopak nám pomáhají v rozhodnutí něco nečinit. Motivace je velice důležitá pro vývoj osobnosti a zejména v období dospívání by neměla být potlačována.

Dle pedagogického slovníku je motivace „*souhrn vnitřních i vnějších faktorů, které: 1. vzbuzují, aktivují, dodávají energii lidskému jednání a prožívání; 2. zaměřují toto jednání a prožívání určitým směrem; 3. řídí jeho průběh, způsob dosahování výsledků; 4. ovlivňují též způsob reagování jedince na jeho jednání a prožívání, jeho vztahy k ostatním lidem a ke světu.*“ (PRŮCHA, WALTEROVÁ, MAREŠ 2003: 127).

Prostřednictvím motivace uspokojujeme své potřeby, ty rozdělujeme na primární – biologické a sekundární – psychologické. Primární potřeby jsou spíše instinkty a pudy, jedná se například o potřebu jíst nebo spát. Psychologické potřeby vycházejí z osobnosti jedince, vytváří se prostřednictvím společnosti, v níž žijeme a naší pozicí v ní. Řadíme sem například potřebu uznání nebo seberealizace. Ze sportovního hlediska sem spadá potřeba výkonu či uplatnění. Konkrétnější členění potřeb a jejich hierarchii vytvořil Abraham H. Maslow, rozčlenil potřeby v pyramidě, která předpokládá nejdříve uspokojení nejnižšího stupně a poté postup na stupeň vyšší. Na nejnižším stupni se nachází fyziologické potřeby, nad nimi potřeby bezpečí, těsně pod vrcholem pyramidy

jsou potřeby estetické a na nejvyšším stupni potřeby seberealizace. V případě neuspokojení vyšších potřeb člověk prožívá úzkost a neklid, příčinu těchto prožitků si ale často ani neuvědomuje.

2.1 Motivy

Osobní důvody našeho jednání neboli motivy jsou základem motivace, podněcují chování zaměřené na uspokojení potřeb. Motivy souvisí s cíli, o které se lidé primárně snaží. Podle BLATNÉHO (srov. 2010: 139) je třeba při klasifikování motivů jako osobnostních dispozic zahrnout další pohledy, například je nutné rozlišovat vnitřní a z vnějšku vzbuzené motivy, dále motivy primární a sekundární nebo cyklické a necyklické. Motivace slučuje několik potřeb, které jsou vrozené a mnoho psychických a sociálních motivů získaných. Společnost má bezpochyby značný vliv na potřeby jejích členů. Určité jednání může mít mnoho různých motivů, bývá motivováno různými potřebami.

Občas se stává, že jedinec sám potlačuje určité tendence, které jsou v rozporu s jeho osobní morálkou. Často nejsme schopni rozeznat příčiny nějakého svého jednání nebo smýšlení. Motivace mívá také nevědomé zdroje, žádné lidské chování však není bezdůvodné, nicméně hledání jeho pravé podstaty je nesmírně složité.

O motivu můžeme hovořit jako o pohnutce k uspokojení určité potřeby, zároveň se jedná o tendenci narovnat určitý stav, který pramení buď z nedostatku (např. žízeň) nebo přetlaku (např. vztek). Je naprosto běžné, že mezi motivy nastává konflikt, ten se může odehrávat na vědomé nebo nevědomé úrovni. Příkladem vědomého konfliktu může být chtění věnovat se dvěma činnostem, přičemž čas má daný jedinec pouze na jednu. Motivační stavy vychází ze dvou zdrojů – z pudových faktorů (vnitřní zdroj) a z pobídkových faktorů (vnější zdroj). Nyní se blíže podíváme na vnitřní a vnější motivaci.

2.2 Vnitřní motivace

Vnitřní motivace bývá považována za kvalitnější a důležitější než motivace vnější. Vnitřní motivace totiž pramení z touhy něco dělat, vychází z nás samotných, z našeho nitra. Je možné někoho přinutit něco udělat, ale není možné člověka přinutit něco chtít udělat (srov. HAGEMANN 1995: 7). „*Vnitřní činitelé tvoří vrozené tendence, které se obvykle označují jako fyziologické potřeby, ale patří k nim i naučené tendence, tj.*

sociogenní potřeby a návyky apetitivního typu.“ (NAKONEČNÝ 2003: 214). Hovoříme-li o vnitřní motivaci, nejedná se tedy pouze o primární potřeby. Vnitřně motivován může být člověk i pro cíle, které si sám stanoví.

Pokud je jedinec vnitřně motivován, věnuje se něčemu pro vlastní potěšení a uspokojení, pro vlastní zážitek. Pokud je osoba vnitřně motivovaná do učení něčeho nového, ochotně a snadněji se učí, protože proces učení ji těší a jeho výsledek uspokojuje. Vnitřní motivace jedince pro něj činí učení zajímavější a přináší větší trpělivost. Dostatečně silná vnitřní motivace a provozování činnosti, která člověka naplňuje, vede k radosti a inspiraci.

2.3 Vnější motivace

Méně efektivnější způsob motivace je motivace z vnějšku. Vnější motivující podněty někdy označujeme také jako tzv. incentive. Podnět se může stát incentive pouze v určitém vztahu ke stávajícímu motivu, např. nápoj je incentive jen pro žíznícího (srov. NAKONEČNÝ 1997: 17). Vnější motivace se může objevit také v případě vnějšího ohrožení, např. ohrožení života. Někdy se motivujícími podněty stávají podněty vnější, jako třeba peníze. Určující pro takovouto motivaci jsou trvalé a aktuální potřeby daného jedince.

Typickým příkladem vnější motivace je metoda cukru a biče čili odměny a trestu. Tento způsob motivace ale vytváří určitý tlak, který může některým jedincům působit spíše problémy. Rozlišujeme tedy motivaci negativní a pozitivní. V institucích, kde jsou kladeny požadavky na studenta, jsou odměny a tresty chápány jako záměrně navozené následky splnění nebo nesplnění zadaných požadavků. V nejširším pojetí může být pro člověka odměnou uspokojení některé z jeho potřeb, trestem naopak frustrace z jejího neuspokojení (srov. NAKONEČNÝ 1997: 27). Je-li jedinci přislíbena odměna za splnění nějakého úkolu, většinou tento úkol splní rutinním postupem jen díky vidině odměny, nemá z takového splnění vnitřní pocit radosti a splnění úkolu pro něj není vnitřně důležité.

Vnější motivace s vnitřní motivací se vzájemně ovlivňují, vnitřní motivace bývá v člověku zakořeněná, většinou zůstává konstantní. Vnější motivace se proti tomu často mění a je nutné ji pravidelně oživovat. Pokud má jedinec silnou vnitřní motivaci, nemá ta

vnější takový význam, nicméně ani výborná vnější motivace není schopna plně ovlivnit motivaci vnitřní. Vnitřní a vnější motivace se většinou prolínají a společně utvářejí chování člověka.

2.4 Motivace ve sportu

Zvláštní místo zaujímá motivace sportu. Je kombinací vnější i vnitřní motivace a má další specifika, která se pokusím přiblížit. Motivace v soutěžním odvětví úzce souvisí s předsoutěžními, soutěžními a posoutěžními psychologickými stavy. Soutěžní sportovní odvětví automaticky znamená náročný tréninkový program, a to jak z fyzického a psychického hlediska, tak z hlediska času stráveného na přípravě.

Při sportovní přípravě dětí je motivace velmi důležitým faktorem. Dle PERIČE (srov. 2004: 65) by měla převažovat pozitivní motivace, ta naplňuje dětskou potřebu atmosféry pohody, kde se sportovci nebojí projevit se. Samozřejmě není možné vždy jen chválit, ale pokud má být dítě za něco kritizováno, měli bychom na jeho výkonu najít i něco, za co může být pochváleno. Pochvala by měla přijít na řadu jako první, kritika až po ní. Kritika by měla být adresována konkrétně a chyba dobře vysvětlena (adekvátně k věku a chápání jedince). Sportovec je poté schopen se poučit a chybu napravit, případně se na kritizovaný prvek více soustředit. Velkou roli hrají také vztahy mezi sportovci a trenéry a mezi sportovci vzájemně. Tréninkové prostředí by mělo být příjemné, naplněné vzájemnou důvěrou a radostnou atmosférou.

PERIČ (2004: 113) uvádí hlavní úkoly motivace ve sportovní přípravě dětí ve dvou rovinách:

- Prožitkové – zažít něco, na co bude jedinec rád vzpomínat, zažít legraci.
- Být úspěšný – možnost srovnání s ostatními, dokázat něco víc než ostatní.

Východiskem příjemného prožitku je adekvátní míra vzrušení. Pokud je rozrušení příliš malé, jedinec se nudí a prožitek se stává spíše negativním, naopak při příliš velkém rozrušení se může dostavit strach až úzkost. Každý jedinec má tuto hranici ale jinde, závisí na jeho psychických vlastnostech. Cílem by měl být stav nazývaný „flow“ – jedná se o maximální zaujetí činností, člověk necítí ani nudu, ani strach. Tento stav vychází ze dvou základních oblastí – výkonnosti dítěte a obtížnosti situace, která před ním stojí (srov. Tamtéž).

Toto nastavení je komplikované u jednotlivce, natož u skupiny lidí. Charakter sportovního cheerleadingu je ještě tak specifický, že vyžaduje spolupráci všech nebo několika členů soutěžní skupiny najednou. Při tréninku nových prvků je nutné absolutní soustředění a pozornost všech členů. Po sestavení choreografie následuje tlak soutěžního prostředí a předvedení choreografie před diváky a porotou. Tato specifika je dobré zahrnout už do tréninkového procesu a v něm brát ohled i na jednotlivce. Aby byly týmové prvky v cheerleadingové choreografii úspěšně postaveny, je nutné udržet stále stejný způsob provedení všemi členy. Pokud jeden člen skupiny udělá něco jinak než obvykle, ostatní se musí přizpůsobovat (o to více nebo méně síly vyvíjet).

Cílem motivace v soutěžním prostředí je dostat sportovce na optimální aktivační úroveň. Aktivační úroveň chápeme jako aktuální stav pohotovosti organismu k výkonu. Tato úroveň může být v situaci těsně před soutěží díky emočnímu vypětí velmi vysoká. K podání nejlepšího sportovního výkonu je ale třeba udržet optimální aktivační úroveň (srov. JANSÁ 2012: 134-135). Neúspěch může být zdroj povzbuzení pro podání lepšího výkonu pro jednoho sportovce, ale druhý sportovec jím může být ve svých dalších výkonech ovlivněn negativně.

„Všeobecně se předpokládá, že vyšší stupeň motivace by vyústil do vyšší úrovně sportovní výkonnosti.“ (HOŠEK 1986: 3). Motivace je k podání výkonu samozřejmě nutná, bez ní by vrcholový sportovec nebyl vrcholovým sportovcem, nicméně přílišná motivace výkonu sportovce škodí. Pokud je sportovec přemotivovaný, není většinou schopen podat dobrý výkon. Žádoucí je tedy přiměřená motivace, pro cestu k ní mnoho sportovních klubů využívá profesionální psychology. V případě, že sportovec bude mít radost ze sportovní činnosti, bude vždy vnitřně motivovaný. Pro udržení vnitřní motivace by pro něj sport měl být nadále zábavou, neměl by vnímat velký nátlak.

Soutěžní motivace se liší od motivace tréninkové. V případě soutěže je motivace jednodušší, pomáhají k ní i okolní vlivy jako je například prostředí nebo diváci. S motivací tréninkové aktivity je to už obtížnější. *„Trénink je obvykle spojen s psychickým a fyzickým diskomfortem a situační pobídka při něm nevystupují zdaleka v takové míře, jako v soutěži. Hlavní vnitřní tréninkovou pohnutkou je očekávání, že se tréninková dřina později vyplatí.“* (HOŠEK 1986: 7). Trénink směřuje za nějakým cílem, tím v jakémkoliv soutěžním odvětví bývá účast na soutěži. Motivaci v tréninkové

jednotce je výhodné orientovat na výkon. Výkonová motivace nutí jedince zaměřit se na zlepšování sebe sama, překonávání vlastních hranic.

Výkonová motivace je pro sportovní odvětví typická. Jde o postupné zvládnání určitých úkolů, navyšování obtížnosti. Nejprve je nutné zvládnout základy daného sportu, poté je možné provádět obtížnější prvky. NAKONEČNÝ (srov. 1997: 28) uvádí, že všichni lidé touží po úspěchu, rozdíl mezi nimi dělá síla motivu výkonu, ta je dána poměrem touhy po úspěchu ke strachu z neúspěchu. Čím má tedy jedinec větší strach, že neuspěje, tím méně je k výkonu motivován.

Důležité je budovat ve sportovcích zdravé sebevědomí. Děti by se měly naučit vyhrávat, ale také musí být schopny přijmout prohru. Ideálně by měly výhry převládat nad prohrami, ovšem ne v každém druhu sportu je toto možné zaručit. K rozvoji sebevědomí sportovců mohou pomoci i motivační hesla, která je dobré vyvěsit na viditelná místa, aby je sportovci měli na očích. Když budou děti tato hesla pravidelně vnímat a číst, postupně se stanou jejich sportovní filozofií (srov. PERIČ 2004: 114-115).

Pro týmové sporty je důležitá motivace společná. Tým by měl táhnout za jeden provaz, usilovat o dosažení stejných cílů. Každý jednotlivec v týmu by měl považovat úspěch nebo neúspěch svého týmu i za úspěch nebo neúspěch svůj. Členové týmu by se měli vzájemně podporovat, vytvářet spolupracující klima tak, aby byl tým kompaktní skupinou, která má snahu dosahovat stále vyšších výkonů.

3 Cheerleading

Cheerleading je specifické sportovní odvětví spojující gymnastiku, akrobacii, lidské pyramidy, skoky a tanec. Jedná se o spojení slov cheer = potlesk, povzbuzení a leading = vedení. Cheerleading vznikl původně jako organizované povzbuzování na zápasech amerického fotbalu. Původně se jednalo o mužskou doménu, ženy se do cheerleadingu dostaly až po druhé světové válce. Postupem času se z organizovaného povzbuzování vyvinulo samostatné sportovní odvětví, které má vlastní Mistrovství světa a je uznané Mezinárodním olympijským výborem. Cheerleading má dvě odvětví, a to performance a sportovní cheerleading. Performance je v podstatě taneční cheerleading, sportovci zde předvádí taneční choreografii s třásněmi v rukách, tyto třásně se nazývají pom-pomy.

Ve sportovním cheerleadingu se také předvádí choreografie na hudbu, ale zde převažují atraktivní lidské pyramidy a akrobacie ve vzduchu i na zemi.

V České republice se cheerleading začal rozvíjet po roce 2000. První týmy vznikaly u týmů amerického fotbalu, stejně jako tomu bylo na počátku v USA. V současné době je v ČR přes 2000 sportovců v přibližně 30 týmech. Zaštitující organizací je Česká asociace cheerleaders, z.s. (ČACH). Česká asociace cheerleaders je dále sdružená pod celosvětovou organizaci ICU (International Cheer Union). ČACH každoročně organizuje Mistrovství České republiky v cheerleadingu a zajišťuje fungování národního týmu, včetně výjezdů na Mistrovství světa. (srov. Česká asociace cheerleaders. *Cheerleading v ČR* [online]).

3.1 Složky cheerleadingu

Cheerleading je komplexním sportovním odvětvím, pro jeho provozování je nutná gymnastická průprava. Soutěžní choreografie se předvádí na hudbu dlouhou maximálně 2 minuty a 15 vteřin a části na hudbu předchází pokřik.

Pokřik je důležitou složkou sportovního cheerleadingu, vychází z historie tohoto sportu. Je tvořen jednoduchými hesly pro povzbuzení týmu, často se opakují týmové barvy, název týmu nebo maskot. Při předvádění pokřiku se publiku ukazují cedule s hesly, která jsou obsahem pokřiku a barevné pom-poms, tímto se napomáhá publiku, aby se mohlo k pokřiku přidat. Pokřik by tedy neměl být komplikovaný, naopak by měl být jednoduchý, dobře čitelný a předvídatelný i pro někoho, kdo jej nezná.

V sestavě předváděné na hudbu pak dále můžete vidět klasickou **akrobacii** na zemi jako jsou přemety, salta nebo vruty. Další složkou související s gymnastikou jsou **skoky** (např. roznožka). Specifické jsou pro cheerleading **stunty**, kde je jeden cheerleader zvedaný do vzduchu (v tu chvíli se nazývá top nebo flyer). Zvedat ho může jedna až tři osoby, ti jsou po dobu provádění stuntu nazýváni base. Toto uskupení se dohromady nazývá stunt, zjednodušeně bychom jej mohli nazvat zvedačkou. Podle toho, kolik lidí zvedá jednoho topa rozlišujeme partner stunt – jeden base a jeden top, double partner stunt má dva base a group stunt tři base. Spojením jednotlivých stuntů vznikají **pyramidy**. Ty by měly být nápadité, aby zaujaly oko diváka a nenudily porotce. Poslední zvláštní složkou cheerleadingu jsou výhozy – **basket tossy**. Zde tři až čtyři osoby vyhodí

do vzduchu jednoho topa a ten tam předvádí různé akrobatické prvky od těch jednodušších (roznožka, výkop) až po ty velmi komplikované (salto, x-out full).

Hodnocení sestav provádí odborná porota, nejčastěji tří až pětičlenná, dle bodovacích listin. Ačkoliv existuje určitý konsensus v bodování povinných prvků, hodnocení porotou je stále velmi subjektivní. Značně se odvíjí také podle první soutěžní skupiny v dané kategorii. Pokud jde jako první na řadu tým se skvělými prvky a výborným provedením, může se stát, že neobdrží tolik bodů. Po něm už totiž budou následovat jen horší týmy, a tak porota bude muset jít s bodovým hodnocením níž a níž.

3.2 Rozdělení cheerleadingu

Cheerleading se jako mnoho podobných sportů dělí do různých kategorií. Kromě základního dělení na performance a sportovní cheerleading se dále dělí performance podle stylu tance na freestyle pom, hip hop, jazz nebo kick dance, cheerleading se rozděluje podle věku, obtížnosti a pohlaví.

Vzhledem k tomu, že výzkum své diplomové práce jsem zaměřila na sportovní cheerleading, budeme se dále věnovat jen jemu.

3.2.1 Dělení podle věku

Věkových kategorií je v cheerleadingu hned několik. S tímto sportem mohou začít děti již od tří let, horní věková hranice není omezená, soutěžně mohou cheerleading provozovat děti od pěti let. První věková kategorie se nazývá **Tiny** a spadají do ní děti ve věku pět až devět let, následuje kategorie **Mini**, která sdružuje věky sedm až třináct let. Další kategorií je **Junior** od jedenácti do šestnácti let a poslední **Senior** od čtrnácti, případně patnácti let. (srov. ČESKÁ ASOCIACE CHEERLEADERS: *Věkové skupiny, výkonnostní levely a soutěžní kategorie* [online]. 2022.)

Kategorie se částečně prolínají, aby byla možnost postupného přechodu do vyšší věkové skupiny a také, aby mohly být brány v úvahu rozlišnosti jednotlivých sportovců a jejich fyzická a psychická zralost. S věkovými kategoriemi totiž úzce souvisí i možnost obtížnosti choreografie.

3.2.2 Dělení podle obtížnosti

Obtížnost – levely, ve kterých je možné soutěžit, jsou odvozeny od věkových skupin s ohledem na fyziologický vývoj. Nejmenší děti mají tedy nejvíce omezení, co se prováděných prvků týče. Levely jsou děleny s ohledem na bezpečnost. Pro postup do dalšího levelu by měli sportovci zvládnout ideálně všechny nebo alespoň většinu prvků levelu předcházejícího.

Věková kategorie Tiny smí soutěžit pouze v levelu 1, Mini má na výběr level 1, 2 a 3, Junior může soutěžit od levelu 2 po level 5, Senior poté od levelu 3 po level 6 (srov. ČESKÁ ASOCIACE CHEERLEADERS: *Věkové skupiny, výkonnostní levely a soutěžní kategorie* [online]. 2022.).

Level 1 (Novice) začíná v podstatě základními prvky, v akrobacii jsou sportovci omezeni pouze na prvky bez letové fáze, ve stuntech mohou provádět jen rovné vzestupy i sestupy, výškově končí na úrovni ramen, výhozy nemohou provádět vůbec. V **levelu 2 (Intermediate)** se nám přidávají twistující vzestupy a přechody, rovné výhozy a v akrobacii přemety s letovou fází, ve stuntech už mohou topové být drženi na napnutých pažích svých basů. **Level 3 (Median)** povoluje v akrobacii zařazení salt, stunty na napnutých pažích s topem pouze na jedné noze a výhozy s jedním prvkem. V **levelu 4 (Advanced)** a **levelu 5 (Elite)** se postupně přidává více rotujících prvků, včetně držných flipů (salt) ve stuntech a ve výhozech se mohou provádět dva a poté tři prvky, v akrobacii přibývají nejprve layouts a poté vruty. **Level 6 (Premier)** je už trochu jiný, pyramidy mají úplně odlišnou strukturu než v předchozích levelech, nyní se stunty pro vytvoření pyramid nestaví vedle sebe, ale přibývají lidé do výšky. Ta osoba, která byla v původních stuntech top, může nyní ještě držet někoho na sobě. Ve stuntech a výhozech jsou již povoleny volné flipující rotace, což dělá choreografii velmi atraktivní (srov. ČESKÁ ASOCIACE CHEERLEADERS: *Pravidla bezpečnosti: ČACH 2022/2023* [online]. 2022.).

3.2.3 Dělení podle pohlaví

Rozlišujeme týmy, které jsou ryze dívčí (Allgirl) a týmy, které obsahují muže (Coed). Toto rozdělení je kvůli nepoměru sil v případě hodnocení dohromady. Muži mají samozřejmě větší sílu než ženy, a tudíž mohou provádět obtížnější prvky a partner stunty – tzn. že sám muž zvedá ženu. Většina choreografie je u smíšených týmů také postavena

na partner stuntech nebo double partner stuntech, kdežto dívčí týmy se většinou specializují na group stunty.

3.3 Soutěžní kategorie

V českém cheerleadingu je možné soutěžit v několika různých kategoriích. V týmových kategoriích (Team cheer) se objeví vždy největší množství sportovců (8 až 24), s touto kategorií většina sportovců začíná. Pokud někdo ze sportovců vyniká v akrobacii a není úplně stydlivý, je pro něj vhodná kategorie Individual. Zde je sportovec na ploše sám, předvádí pokřik a poté minutovou sestavu na hudbu, součástí této sestavy jsou převážně skoky a akrobacie. Kategorie Partner stunt je určena pro muže a ženu, jedná se opět o minutovou sestavu na hudbu, tentokrát ovšem pouze o stuntové prvky, které tato dvojice předvádí. Dále je na stunty zaměřena i kategorie Group stunt, jak už název napovídá. Zde skupinka čtyř až pěti cheerleaders opět předvádí minutovou sestavu na hudbu. Sportovci, kteří soutěží ještě v dalších kategoriích než pouze v týmové, musí věnovat tréninkům více času. I díky tomu se tito jedinci rychleji zdokonalují v trénovaných prvcích a rychleji se zlepšují.

Výše uvedené kategorie jsou ty nejčastější, zařazené do české národní cheer ligy. Na některých českých soutěžích můžeme vidět i jiné kategorie, zde záleží na preferencích a rozhodnutí pořadatele soutěže. Některé z dalších kategorií jsou Double synchro tumbling – jedná se o sestavu akrobacie, kterou předvádí dvojice, důraz je kladen na synchronizaci, Double partner stunt – sestava stuntů, kterou předvádí dva basové a jeden top nebo Group cheer – menší týmová sestava, předvádí ji maximálně osm členů.

4 Design výzkumu

Ve svém výzkumu se pokusím zjistit důvody, proč aktivní členové v adolescentním věku odcházejí z cheerleadingového klubu. Zformulovaná základní výzkumná otázka zní: „Jaké jsou důvody odchodu aktivních adolescentních členů z cheerleadingového klubu?“

S tímto problémem se potýká většina klubů v ČR, proto bych ráda přispěla k jeho řešení a případně i k jeho předcházení. Od následující sezony se i v České republice přistoupí k posunutí věkových kategorií v cheerleadingu tak, aby více odpovídaly ostatním sportovním odvětvím. Toto nejvíc postihne juniorskou kategorii, kde se bude jednat o posun do rozptylu 15–19 let. Česká republika od roku 2016 pravidelně vysílá

národní tým na Mistrovství světa, od roku 2017 se účastní za Česko týmy dva, a to juniorský a seniorský. Srdce seniorského národního týmu pak tvoří sportovci, kteří se cheerleadingu věnují několik let a mají závodní zkušenosti. Proto je žádoucí, aby cheerleaders v adolescentním věku kluby neopouštěli.

Cílem práce je popsat situaci, ve které se nachází adolescent, který se rozhodne opustit cheerleadingový klub/ukončit cheerleadingovou kariéru, a co jej k tomu vede. Cílem výzkumu je identifikovat, co ovlivňuje rozhodnutí adolescentů odejít z cheerleadingového klubu.

4.1 Metodologické paradigma

V návaznosti na výzkumnou otázku bylo zvoleno kvalitativní metodologické paradigma. Cílem výzkumu není ověřit nějakou stanovenou hypotézu. Jedná se o snahu získat hlubší porozumění rozhodnutí daných osob a o osobní náhled respondentů na výzkumný problém. Jde o zjištění konkrétních důvodů odchodu konkrétních osob a jejich vnímání dané situace.

Kvalitativní přístup v sociálních vědách klade důraz na chápání aktérů. Vychází z toho, jak aktéři sociální reality chápou různé pojmy a vztahy. Výzkumník se má snažit o porozumění situace tak, jak jí rozumějí sami aktéři. Účastníci výzkumu by měli být zkoumáni v přirozeném prostředí, výzkumník by se měl snažit o pohled z jejich perspektivy. Výzkumník by se měl také dobře orientovat v jazyce zkoumané skupiny. Mělo by jít primárně o zjištění a pojmenování, jak k nějakému jevu došlo a jak proběhl (srov. ŠVARŤÍČEK, ŠEĐOVÁ 2007: 18-20).

4.2 Výzkumná metoda

Designem výzkumu bude zakotvená teorie. Formou zakotvené teorie se pokusím přijít na to, jak vypadá situace, kdy se sportovec rozhodne odejít z cheerleadingového klubu, respektive které okolnosti mají největší vliv na toto rozhodnutí.

Zakotvená teorie je induktivně odvozenou teorií ze zkoumaného jevu. Nezačíná se teorií, která se posléze ověřuje, nýbrž se zkoumá konkrétní oblast a necháváme vynořit to, co je v dané oblasti významné (srov. STRAUSS, CORBINOVÁ 1999: 14).

4.2.1 Výzkumný vzorek

Na poli cheerleadingu se pohybuji už 15 let, díky tomu znám téměř všechny české trenéry a mnoho cheerleaders osobně. Kontakt na informanty jsem tedy získávala od jejich trenérů nebo jsem je oslovila přímo prostřednictvím sociálních sítí.

Výběr informantů probíhal na základě jednoduchého kritéria – zanechání cheerleadingu v adolescentním věku. Osob, které odpovídaly kritériu, bylo poměrně velké množství. Bohužel jsem nebyla schopna získat na všechny kontakt, a ne každý byl ochoten o tomto tématu hovořit pro účely výzkumu k diplomové práci. Nakonec se mi podařilo provést rozhovor se sedmi bývalými cheerleaders. Některé rozhovory jsme realizovali osobně v příjemném prostředí kavárny, některé prostřednictvím videohovorů kvůli velké vzdálenosti bydliště informanta a výzkumníka.

Pokusila jsem se vytvořit co nejrozmanitější výzkumný vzorek. Informanti tedy pochází z různých týmů v ČR, soutěžili v různých levelech, někteří z nich byli součástí národního týmu. Pro srovnání a lepší analýzu jsem připojila ještě svůj příběh.

4.2.2 Sběr dat a jejich zpracování

Metodou sběru dat bude otevřený rozhovor. Podle ŠVAŘÍČKA a ŠEĐOVÉ (2007: 13) je cílem hloubkového a polostrukturovaného rozhovoru získat detailní a komplexní informace o studovaném jevu.

Takto jsem se snažila postupovat při svém výzkumu. Informantům bylo zadáno téma Ty a cheerleading, na které měli říci vše, co je k němu napadne od příchodu do týmu, organizaci tréninků, soutěžní kariéru až po svůj odchod a důvody k němu.

Na zpracování nasbíraných dat jsem použila nejdříve transkripci, poté následovalo kódování – otevřené, axiální a selektivní. Kódování je základem zakotvené teorie, jeho účelem je transformace získaných dat a jejich následné zpracování až k výsledné teorii.

4.2.3 Charakteristika informantů

Informant A (*dále jen I. A*)

Dívka, 19 let, je prvním rokem studentkou vysoké školy. Před ukončením soutěžní kariéry se cheerleadingu věnovala tři sezony, byla členkou národního reprezentačního

týmu. Stala se trenérkou věkové kategorie Mini, kterou zůstala i po ukončení své aktivní kariéry.

Poznámky výzkumníka k rozhovoru: Po celou dobu vyzařovala nadšení do cheerleadingu, do všech jeho složek. Je velmi aktivní ve svém volném čase, do značné míry ovlivněna svou sociální skupinou a odchodem přátel. Projevila se u ní orientace na sportovní výkon, zúčastnila se Mistrovství světa s národním týmem.

Informant B (dále jen I. B)

Dívka, 16 let, navštěvuje střední školu. Cheerleadingu se aktivně věnovala tři sezony, poté skončila a po jedné sezoně absence se do klubu opět vrátila, nyní je opět součástí soutěžního týmu. Má ambice zkusit se probojovat do národního týmu.

Poznámky výzkumníka k rozhovoru: Určitá nejistota při vyprávění o pauze v cheerleadingu, špatný pocit z „flákání se“, zklamání ze ztráty kamarádů a kontaktu při odchodu. Po návratu radost ze sportu, z kontaktu, z celkového fungování v životě (studijní povinnosti apod.) – popisovala dobrý vliv docházky na tréninky.

Informant C (dále jen I. C)

Dívka, 17 let, studuje střední školu. S cheerleadingem začala ve čtyřech letech, věnovala se mu dvanáct let. Bydlí na vesnici dále od města, s horším dopravním spojením. Vystřídala dva cheerleadingové kluby. Se svým týmem reprezentovala na Mistrovství Evropy v juniorské kategorii.

Poznámky výzkumníka k rozhovoru: Cheerleadingová zkušenost je pro ni uzavřená kapitola, hezké i kritické vzpomínky. Po ukončení cheerleadingové kariéry orientace na partnerský vztah, studium. Snaží se udržet se v kondici, alespoň trochu sportovat. V posledních letech aktivní činnosti u ní došlo ke ztrátě zájmu o sport, vliv měla také covidová pandemie.

Informant D (dále jen I. D)

Dívka, 18 let, studentka střední školy, bydlí s přítelem. Cheerleadingu se začala věnovat v šesti letech, aktivní byla deset sezon, soutěžila s týmem i v malé kategorii – group stunt. S týmem reprezentovala na Mistrovství Evropy a jiných mezinárodních soutěžích.

Poznámky výzkumníka k rozhovoru: Zaujetí k cheerleadingu, stále v „kontaktu“ se sportem přes sociální sítě, sleduje cheerleadingovou komunitu. Na cheerleadingovou kariéru má převážně pozitivní vzpomínky, občas se jí stýská. Užívala si cestování na soutěže po Evropě. Časová i fyzická náročnost zde byla větší z důvodu soutěžení ve dvou kategoriích – tzn. šikovný sportovec, výkonnostně orientovaný. Po sestěhování s přítelem z důvodu péče o domácnost měla méně volného času.

Informant E (*dále jen I. E*)

Dívka, 19 let, je v prvním ročníku na vysoké škole – studuje medicínu. Cheerleadingu se věnovala pět let, měla poměrně rychlý start. Začínala v levelu 2 a další sezonu skočila o tři levely výš. Reprezentovala s týmem na mezinárodních soutěžích. Dle svých časových možností stále dochází na tréninky, je připravena zaskočit v případě zranění někoho z týmu.

Poznámky výzkumníka k rozhovoru: Jasno v odpovědích, nyní orientována primárně na studium, cheerleading posunula na vedlejší kolej, provozuje ho nyní spíše pro zábavu. Je stále v kontaktu s komunitou. Je si vědoma benefitů sportu a plánovaných tréninků.

Informant F (*dále jen I. F*)

Dívka, 18 let, je v maturitním ročníku na střední škole, k tomu si sama už vydělává jako OSVČ. V době aktivní činnosti v klubu bydlela se svou matkou, tetou a babičkou ve dvoupokojovém bytě, měla horší finanční zázemí. Nastoupila do seniorské kategorie, poté byla na jednu sezonu přesunuta k juniorům, se kterými reprezentovala na Mistrovství Evropy.

Poznámky výzkumníka k rozhovoru: Složitá rodinná situace, kterou si uvědomovala, měla vliv i na její činnost v klubu. Cítila se v týmu nepřijatá, spíše na okraji skupiny. Všimla si určité preference a upřednostňování některých členů, upozornila na to a nelibě tuto situaci nesla. Stále je informovaná o stavu českého cheerleadingu, sleduje sociální sítě, příležitostně je v kontaktu s bývalým týmem. Přiznala, že tréninky před ukončením své činnosti „flákala“.

Informant G (dále jen I. G)

Muž, 20 let, nyní je již zaměstnancem. Cheerleadingu se věnoval sedm let, vystřídal dva kluby. Nastupoval do týmu se svou sestrou, mnoho let v ryze dívčím kolektivu, poté přešel do jiného klubu do smíšeného týmu. Účastnil se i mezinárodních soutěží.

Poznámky výzkumníka k rozhovoru: Má pozitivní vzpomínky, rád vzpomíná i na rozloučení s původním týmem. V novém týmu byl trochu překvapen fyzickou náročností a rozdílem mezi týmy v intenzitě tréninkové jednotky.

Vlastní příběh výzkumníka

Já sama jsem se k cheerleadingu dostala v podstatě náhodou. Chodila jsem ve stejnou dobu do stejné budovy na aerobik, přibližně dva roky. O přestávkách jsme se s kolegyněmi dívaly oknem do tělocvičny, kde souběžně s naším trenérkem probíhal trénink roztleskávaček. Tou dobou to byl ale taneční cheerleading, takže jsme je sledovaly, jak se učí taneční choreografii. Jedinými rozdíly mezi nimi a námi byly pomy (třásně), které cheerleaders držely při sestavě v ruce a styl hudby. Následující rok náš kroužek aerobiku končil a dostaly jsme nabídku připojit se k roztleskávačkám, jejichž tréninky probíhaly ve stejnou dobu. Vzhledem k podobnosti aerobiku s tehdejší cheerleadingem jsme si řekly, že to zkusíme. Většina mých kamarádek z aerobiku to po kratší či delší době vzdala, já jsem tam z původní skupiny aerobiček zůstala sama. Nicméně našla jsem si v průběhu trénování jiné kamarádky mezi děvčaty, která začala s cheerleadingem dříve než já.

Postupem času mě trenérka zařadila do soutěžní choreografie a vyrazily jsme s naučenou choreografií na Mistrovství České republiky. Tam jsme poprvé viděly soutěžní cheerleading, který nás zaujal a začaly jsme se mu také věnovat. Proběhlo nějaké školení od asociace, abychom vůbec věděly, jak se tvoří lidské pyramidy, udělal se nábor a do týmu přišli i kluci. Tou dobou jsem postoupila z juniorské kategorie k seniorům a závodila jsem v soutěžním cheerleadingu už jen v seniorské kategorii. Ve svém volném čase jsem už tenkrát chodila pomáhat na tréninky mladších cheerleaders. Má tehdejší pozice by se dala nazvat asistent trenéra junior.

Přibližně za tři roky se naše hlavní trenérka rozhodla odstěhovat na druhý konec republiky a činnost klubu tak ukončit. Já jsem se s pár dalšími nadšenci scházela

na tréninky venku, když bylo pěkné počasí a bylo nám tak nějak líto těch malých dětí, které přijdou o sport, který měly rády. Po dlouhých debatách a uvažování jsem se na popud svých cheerleadingových přátel a s velkou pomocí mého otce rozhodla založit vlastní cheerleadingový klub. Bylo to uvažování velmi složité, já jsem měla tou dobou čerstvě po maturitě, na podzim jsem měla nastoupit na vysokou školu, a kromě nápadu jsme neměli vůbec nic. Nazvala bych toto rozhodování jako „všechno nebo nic“, na vahách byl na jedné straně nový cheerleadingový klub, kde budeme moci všichni dále cheerleading provozovat a nejspíš i dál soutěžit, na druhé straně konec cheerleadingu u nás ve městě. Zvítězila samozřejmě první možnost, i přes to, jak složité vše bylo.

V září 2013 vznikl tedy klub, který dodnes existuje a kde stále působím jako trenér. Po skončení původního klubu jsme začínali asi s 10 členy seniorské kategorie, na první Mistrovství České republiky jelo 12 dětí a 15 seniorů. V dobách před pandemií se celkový počet členů pohyboval mezi 30 a 45. Hned od počátku působení jsme byli poměrně úspěšní a získávali jsme medailová umístění na celorepublikových soutěžích. Naši členové se úspěšně účastnili konkurzů do národního týmu, reprezentovali tak Českou republiku na Mistrovství Evropy a od roku 2016 i na Mistrovství světa.

Mezi největší úspěchy bych zařadila vítězství všech našich věkových kategorií na Mistrovství České republiky v roce 2016, následnou účast seniorského týmu na Mistrovství Evropy a loňský titul Vicemistrů světa v kategorii Senior Coed Elite českého národního týmu, u kterého jsem působila jako asistent trenéra.

5 Popis řešení

5.1 Sběr dat

Prvním krokem pro získání dat bylo kontaktovat potenciální účastníky výzkumu. Tento prvotní kontakt probíhal v létě roku 2021. Oslovila jsem prostřednictvím sociálních sítí skupinu českých trenérů, zdali by mi neposkytli kontakt na své bývalé členy, kteří ukončili činnost v klubu v adolescentním věku. Obsahem zprávy bylo i vysvětlení tématu diplomové práce a problému, který chci zkoumat. Někteří trenéři se svých bývalých svěřenců přímo zeptali, zdali by byli ochotni se účastnit takového výzkumu a rozhovory mi tak předjednali, jiní trenéři mi na potenciální informanty předali kontakt a další domluva byla již v mojí režii. Celkem jsem oslovila 12 osob, tři z nich se odmítli

výzkumu zúčastnit, dva vůbec nereagovali. Rozhovory jsem uskutečnila se sedmi informanty, kteří souhlasili s uveřejněním svých výpovědí.

Na rozhovory jsem si vyčlenila dostatek času, o to stejné jsem požádala i informanty. Před začátkem každého rozhovoru jsem se znovu zeptala daného informanta, zdali souhlasí s nahráváním a přepisem rozhovoru v příloze mé diplomové práce. Všichni dotazovaní souhlasili. Rozhovory jsem si nahrávala na diktafon svého mobilního telefonu, poznámky k rozhovoru jsem se snažila diskrétně zapisovat na papír.

Rozhovory byly vedeny v přátelské atmosféře. Věřím tomu, že dotazovaní ke mně měli důvěru, protože se v prostředí sportovního cheerleadingu již několik let pohybuji. Se všemi informanty jsme si navzájem tykali. Ráda bych podotkla, že v cheerleadingovém prostředí je tykání běžné, a to i mezi sportovci a trenéry. Někteří dotazovaní se dostatečně rozpovídali sami o sobě, někdo potřeboval více pomoci doplňujícími otázkami. I díky tomu se délka rozhovorů různila, rámcově se první rozhovory pohybovali mezi 15 a 45 minutami.

Po rozkódování prvních rozhovorů jsem zjistila, že budu potřebovat ještě další materiál, zaměřila jsem se konkrétně na rozhodovací proces, který vedl k ukončení aktivní cheerleadingové kariéry. Proto jsem se šesti informanty rozhovory po několika měsících opakovala, vynechala jsem pouze informanta, který se vrátil k aktivnímu sportovnímu tréninku.

5.2 Průběh rozhovorů

Jak jsem uvedla již dříve, všechny dotazované jsem poprosila o převyprávění jejich cheerleadingové kariéry, respektive bylo jim zadáno rámcové téma „Já a cheerleading“ a měli k němu říci vše, co je napadne.

Každý rozhovor jsem si nahrávala na mobilní telefon pomocí aplikace diktafon. Po ukončení rozhovorů jsem si všechny přesunula do počítače, abych předešla případné ztrátě. Poté jsem rozhovory doslovně přepsala v MS Word. Přepis rozhovorů byl velice náročný, každý z rozhovorů jsem si musela několikrát přetáčet, abych zachytila opravdu vše. V přepisu jsou zachycena pouze slova, nonverbální komunikaci a případné vyjádření emocí jsem se snažila zohlednit ve svých poznámkách. Největší problém mi dělalo opisování názvů týmů, měst, případně konkrétních jmen. Informantům byla zaručena

anonymita, a proto bylo důležité neuvádět klubové identifikace. Týmy jsem proto pro lepší představu označila podle levelů, ve kterých soutěžily.

Druhé rozhovory se šesti informanty se uskutečnily v horizontu čtvrt až půl roku po těch prvních. Tyto navazující rozhovory byly velmi užitečné. Informanti již měli ucelenější pohled na svůj konec v cheerleadingu a srozumitelně jej formulovali.

5.3 Analýza dat

Jak jsem již uvedla v kapitole 4.2, designem výzkumu je zakotvená teorie. Přepsané rozhovory jsem si vytiskla a provedla jsem detailní otevřené kódování, to je možné nahlédnout v příloze. Kódy jsem se snažila tvořit tak, aby co nejlépe odpovídaly původnímu významu. Pro příklad uvádím některé části textu s jejich kódem.

„S cheerem jsem začala v roce 2018, když mi bylo 12 let a chtěla jsem zkusit nějakou novou sport a vlastně narazila jsem na něho úplně jako random, že fakt na internetu jsem viděla nějakou reklamu, tak jsem si řekla, že to zkusím, protože se mně to fakt hrozně líbilo. Tak jsem teda nastoupila a byl to první sport, kterej mě fakt jako šel a bavil mě a posouvala jsem se fakt hrozně rychle. Našla jsem si tam kamarády, že jo a fakt mě to bavilo.“ (Rozhovor 2) Zde jsem přiřadila kód příchod.

„Tak jsem o tom celý ty prázdniny přemýšlela, a ještě taky totiž navíc, já jsem od tohohle roku začala studovat ještě jednu vysokou školu, tak jsem přemýšlela, jestli by to šlo.“ (Rozhovor 1) Zde jsem přiřadila kód studijní povinnosti.

„No my jsme měli třikrát jako týmovku, to jsme měli pondělí, středa, pátek a pak jsme do toho měli většinou i group.“ (Rozhovor 4). Zde jsem přiřadila kód časová náročnost.

„Jsem si říkala, že když už jsem se to jako třeba nenaučila za ty tři roky, co jsem se to učila, tak že se to prostě už nenaučím, že to prostě už neudělám.“ (Rozhovor 3) Zde jsem přiřadila kód absence pokroku.

Takto vytvořené kódy jsem poté sjednotila do obecnějších subkategorií. Níže uvádím přehled subkategorií, které vzešly z prvního rozhovoru. Subkategorie jsou řazeny podle toho, jak se objevily v rozhovoru a jsou očíslovány. Pokud se subkategorie v průběhu rozhovoru vyskytovaly vícekrát, v přehledu níže jsou uvedeny pouze jednou.

Tabulka 1 - Subkategorie z Rozhovoru 1

Příchod (1)	Časová dotace (12)	Úleva z konce sezony (23)
Délka trvání (2)	Rozhodovací dilema (13)	Přidání tréninku (24)
Účast v národním týmu (3)	Absence radosti, nadšení (14)	Pocit povinnosti (25)
Vliv národního týmu (4)	Současný stav (15)	Dlouhé rozhodování (26)
Konec v národním týmu (5)	Úspěchy (16)	Stesk (27)
Preference allgirlu (6)	Orientace na výkon (17)	Tlak soutěžního odvětví (28)
Stav domácího týmu (7)	Orientace na přátele (18)	Finální rozhodnutí (29)
Trenérská zkušenost (8)	Přetížení (19)	Předejít vyhoření (30)
Generační obměna v týmu (9)	Časová náročnost (20)	Udržení kontaktu s komunitou (31)
Odchod blízkých přátel (10)	Pracovní povinnosti (21)	Kontakt s komunitou (32)
Studijní povinnosti (11)	Únava (22)	Součást týmu (33)

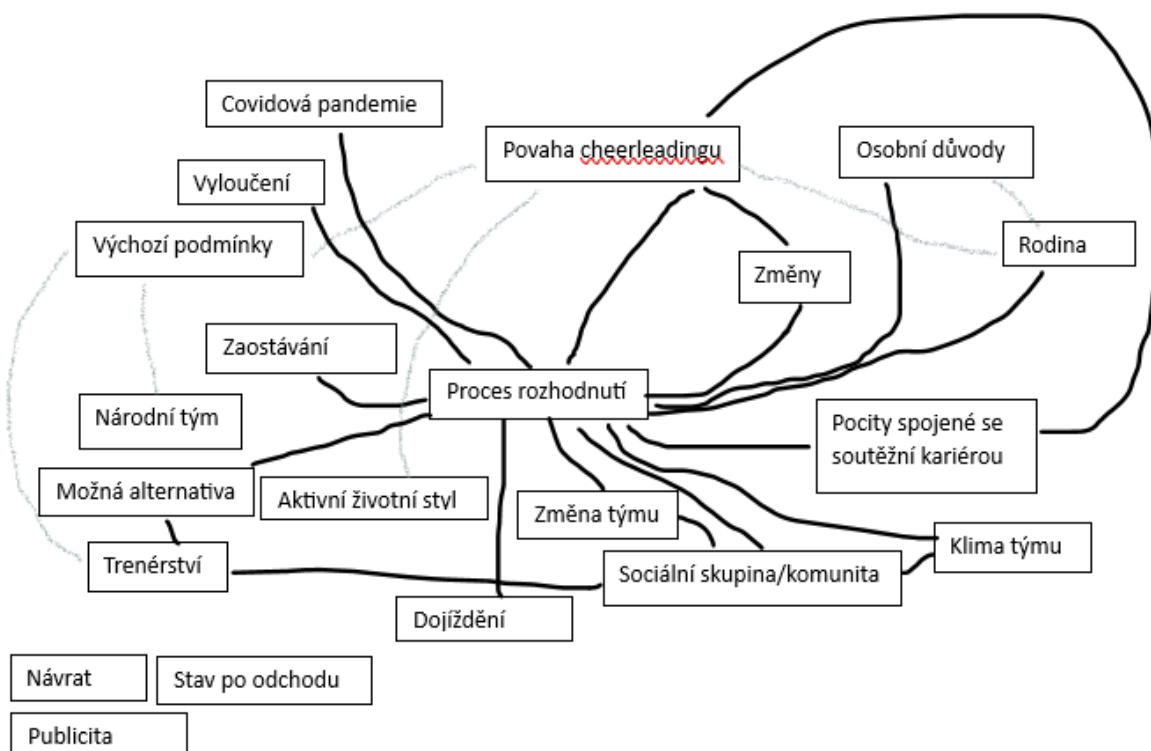
Tyto subkategorie jsem dále dle významové podobnosti seskupila do obecnějších kategorií. Jejich přehled (z prvního rozhovoru) je zde.

Tabulka 2 - Přehled kategorií Rozhovoru 1

Povaha cheerleadingu <ul style="list-style-type: none"> • Časová náročnost • Tlak soutěžního odvětví • Pocit povinnosti 	Národní tým/Reprezentace <ul style="list-style-type: none"> • Účast v národním týmu • Vliv národního týmu • Konec v národním týmu
Výchozí podmínky <ul style="list-style-type: none"> • Příchod • Stav domácího týmu • Délka trvání • Úspěchy 	Osobní důvody <ul style="list-style-type: none"> • Preference allgirlu • Časová dotace • Studijní povinnosti • Pracovní povinnosti
Pocity spojené se soutěžní kariérou <ul style="list-style-type: none"> • Přetížení • Únava 	Změny <ul style="list-style-type: none"> • Odchod blízkých přátel • Generační obměna v týmu

<ul style="list-style-type: none"> • Úleva z konce sezony • Stesk • Předejití vyhoření 	<ul style="list-style-type: none"> • Přidání tréninku • Absence radosti, nadšení • Orientace na výkon • Orientace na přátele
Sociální skupina/komunita <ul style="list-style-type: none"> • Udržení kontaktu s komunitou • Kontakt s komunitou • Součást týmu 	Proces rozhodnutí <ul style="list-style-type: none"> • Rozhodovací dilema • Dlouhé rozhodování • Finální rozhodnutí
Trenérství <ul style="list-style-type: none"> • Trenérská zkušenost 	

Stejně jsem postupovala u všech dalších rozhovorů. Po vytvoření obecných kategorií jsem se dále věnovala axiálnímu kódování, které je zaměřené na vztahy mezi jednotlivými kategoriemi a subkategoriemi. Vytvořila jsem si mapu vztahů, ze které je jasně patrná centrální kategorie – proces rozhodnutí. Dále jsem tedy zkoumala, které kategorie, případně subkategorie mají vliv na spuštění procesu rozhodování o odchodu z cheerleadingového klubu (jsou jeho příčinami).



Přímo ovlivňuje proces rozhodnutí mnoho faktorů, většina kategorií má velký vliv na daný jev, kterým je v tomto případě proces rozhodnutí. Jedním z těch nejzásadnějších je povaha cheerleadingu. Tato kategorie je zároveň také těžko ovlivnitelná. Spadají sem subkategorie jako například časová náročnost, specifika soutěžního odvětví, fyzická náročnost, stres, zodpovědnost a další.

Naopak jsem neobjevila souvislost mezi výchozími podmínkami a procesem rozhodnutí. Respektive to, v jakém stavu byl domácí tým informanta, jak se informant k cheerleadingu dostal, jak dlouho jej aktivně provozoval nebo jaké má úspěchy spíše nehraje roli v procesu rozhodování o ukončení kariéry. Stejně je to i s účastí v národním týmu, pro některé sportovce toto může být cílem, za kterým míří, ale jeho dosažení, případně nedosažení nejspíš nemá vliv na ukončení aktivní kariéry. Trenérskou zkušenost měl pouze jeden informant, a tato si myslím mohla přispět k rozhodnutí ukončit aktivní činnost sportovce. Je to určitým způsobem kompromis mezi tím zůstat aktivním sportovcem nebo úplně ukončit svou cheerleadingovou kariéru. V případě trenérské pozice informant nadále zůstává v kontaktu se sociální skupinou, cheerleadingovou komunitou i svými přáteli.

Úplně mimo vztahovou mapu vychází kategorie návrat, stav po odchodu a publicita. Kategorie návrat se vyskytovala u některých informantů, kteří zmínili, že uvažovali o možném návratu k cheerleadingu a více se objevila u informanta B, který se dokonce k aktivní kariéře po roční pauze vrátil. Stav po odchodu je spíše okrajová kategorie, která nás při zkoumání důvodů k odchodu nezajímá. Je to důsledek rozhodnutí opustit cheerleadingový klub. Kategorie publicita se objevila pouze u jednoho informanta, který zmiňoval reportáž v médiích spíše jako vzpomínku na své aktivní působení v týmu.

Nyní se podíváme blíže na důvody k odchodu, které uváděli informanti nejčastěji, případně jim přikládali velkou váhu.

Časová náročnost

Vzhledem k tomu, že časovou náročnost cheerleadingu zmínili všichni informanti, jsem ji definovala jako nejzásadnější faktor. Většina týmů v ČR má tréninky minimálně

dvakrát týdně, k tomu je potřeba počítat se soustředěními a víkendovými výjezdy na soutěže.

„Já jsem pak vlastně skončila jenom z důvodu, že to zabíralo hodně času, protože vlastně každé víkend bylo nějaký soustředění nebo soutěž, jezdilo se do zahraničí a tím, že u nás na střední jsem si úplně nemohla moc dovolovat třeba jako zameškat i přes týden a takhle.“ (Rozhovor 4/I. D)

„...ale je to strašně časově náročný být prostě v týmu. Ale nevím, jestli víš, jak to tam teď je, ale ten tým se teď aktuálně snaží nominovat na Mistrovství světa, na který chtějí příští rok odjet, takže tréninky jsou třikrát týdně, soustředění kolikrát i dvakrát za měsíc, takže na to prostě teďka úplně není časovej prostor no.“ (Rozhovor 5/I. E)

Dojíždění

S časovou náročností se pojí i problémy s dojížděním. Ne každý má cheerleadingový tým v docházkové vzdálenosti, často tak jsou sportovci nuceni strávit dlouhý čas na cestě na trénink a zpět. Toto je časté ve velkých městech, když sportovec bydlí na druhém konci města nebo u sportovců, kteří dojíždí z vesnice do města.

„Navíc jsem byla i v časovym presu, protože tréninky končily pozdě a já musela čekat do osmi na vlak, pak jsem domu dorazila nejdřív v půl 9 a musela jsem se ještě připravit do školy a pak třeba v zimě, když už byla tma a nikde nikdo nebyl a já čekala prostě hodinu na vlak, tak jsem se i bála. To se mnou ještě občas čekala kamarádka, tak to bylo dobrý, ale když neměla čas, tak prostě jsem tam byla ve tmě sama a teď okolo takový pochybný lidi.“ (Rozhovor 3/I. C)

„...plus jsem ještě minimálně tři čtvrtě hodiny dojížděla, protože jsem to měla na druhý straně města, takže to byl jako opravdu velkej žrout času.“ (Rozhovor 5/I. E)

„Na druhou stranu to teďka vlastně moje časový možnosti, všechno to, co dělám, úplně nedovoluje, abych jako třikrát tejdne dojížděla tam a zpátky, jelikož nebydlím ve městě, kde probíhají tréninky, tak ještě jako s dojížděním bezmála 3, 4 hodiny večer...“ (Rozhovor 6/I. F)

Studijní povinnosti, preference studia

Dalším, velmi často uváděným faktorem, jsou studijní povinnosti. Adolescentní věk je přirozeně spojen s přechodem na střední, případně vysokou školu. Logicky se tím adolescentům zkrátí volný čas, ať už z důvodu delšího vyučování nebo přípravy na něj. Většina informantů také přiznává, že upřednostňuje studium před cheerleadingem. Cheerleading v České republice minimálně zatím není na takové úrovni, aby bylo možné být profesionálním sportovcem a tímto způsobem se živit.

„A pak další důvod byl ten, že jsem se dostala na sportovní školu a chtěla jsem se věnovat fakt na 100 % té škole, tak jsem si řekla, že skončím.“ (Rozhovor 2/I. B)

„...a byla jsem v prváku, nevěděla jsem pomalu, co tam dělám. A nevěděla jsem, co po mně v té škole chtějí, jak to bude dál, a tak a chtěla jsem být dobrá v té škole kvůli sobě.“ (Rozhovor 3/I. C)

Pracovní povinnosti

Tento faktor se vyskytoval u informantů, kteří nepokračovali ve studiu na vysoké škole a u těch, kteří si při studiu přivydělávali. Pokud měli volbu, zdali dát přednost možnosti vydělat si peníze a zabezpečit tak své základní potřeby nebo jít na trénink, většinou upřednostnili práci. Navíc v případě fyzicky náročné práce je obtížné najít energii na fyzicky náročné tréninky.

„Pracovala jsem hnedka jako od chvíle, kdy mi bylo 15 a snažila jsem se vlastně vydělávat něco na sebe.“ (Rozhovor 6/I. F)

„Jo, snažím se, ale zase jako nestuduju už, takže chodím normálně do práce. I to byl jeden z důvodů, protože prostě po práci už si rád odpočinu, a ne abych letěl na trénink se zničit. Vlastně náplň mojí práce, já dělám šoféra, ale najezdím třeba do 80, do 100 km za den a většinu jako odlítám, protože dělám kurýra. Takže tam mám jako opravdu bohatě pohybu. Tam samozřejmě, čím dřív to mám hotový, tím dřív jsem doma, takže člověk pospíchá.“ (Rozhovor 7/I. G)

Odchod blízkých přátel

Méně častým důvodem je odchod blízkých přátel. Nicméně v rozhodnutí některých informantů sehrál tento faktor významnou roli. Týkalo se to především děvčat, která byla v týmu se stejnými přáteli několik let. Za tu dobu byly tak schopny navázat bližší vztahy a docházku na tréninky měly spojenou s kontaktem s přáteli.

„No a vlastně vloni jsem byla ještě normálně v týmovce a ono to bylo tak, že hodně holek, co bylo v seniorce vloni, tak letos právě odcházelo z různých důvodů. Třeba z časových nebo že už začaly pracovat, takový jako různé věci a z toho našeho starýho týmu odcházelo fakt hodně holek, že třeba polovina. ...A já jsem byla taková, že jsem hodně přemýšlela přes celý prázdniny, jestli jako třeba taky nemám skončit, protože jsem cítila, že ty holky, se kterými se tam nejvíc bavím, tak budou odcházet. Ale nebylo by to tak, že by tam nezůstávaly holky, se kterými se bavím, ale jakože nebyly to holky, se kterými jsem si zas tak blízko.“ (Rozhovor 1/ I. A)

„Ke konci došlo tak, že už vlastně skoro všechny holky skončily, co tam se mnou byly od těch 4 let... a potom vlastně postupně i všechny ostatní a pak já no. Protože vlastně jsem se tam pak už neměla pomalu s kým bavit, tak mě to tolik nenaplňovalo no.“ (Rozhovor 3/I. C)

Covidová pandemie

Poměrně zásadním faktorem, který ovlivnil rozhodnutí o ukončení aktivní cheerleadingové kariéry informantů tohoto výzkumu, byl covid, a především nemožnost se setkávat fyzicky na tréninku. Mnoho týmů sáhlo v této době alespoň po virtuálním řešení, a tím byly online tréninky. Nicméně v týmovém a kontaktním sportu, jakým cheerleading je, byly takové tréninky přes obrazovku telefonu nebo počítače velmi komplikované.

„A vlastně do toho zasáhnul i covid a když jsme půl roku měli tréninky přes mobil večer, tak to bylo taky na prd. Takže třeba kdyby ten covid nebyl, tak bych měla ten posun v akrobě větší, ale takhle to mě prostě nebavilo, přes ten mobil se skoro nic dělat nedalo.“ (Rozhovor 3/I. C)

„No a pak přišel covid, to byl strašně jako zlomovej okamžik, protože nás vlastně, ne že nutili, ale byli jsme furt jako, furt jsme dělali cheerleading, furt jsme měli cvičit a museli jsme to dělat doma, což mi strašně nevyhovovalo a já jsem se na to strašně vybodla.“
(Rozhovor 6/I. F)

„Já jsem zažil akorát ten Evolution (soutěž) a pak samozřejmě prostě přišel covid jako a mě to přestalo, strašně mě to přestalo bavit prostě. Scházet se s někým jako přes počítač, nemít tu tělocvičnu. ...Já jsem to bral jako šaškování před kamerou, mě to nějak jako úplně nebavilo. Prostě ten kontakt s lidma a tohleto prostě, to zvedání jako je to úplně o něčem jiným. ... třeba kdyby byl ten online trénink jako jednou tejdně, že bysme si prostě všichni jenom zaposilovali, dali si nějaký cardio a pak třeba dvakrát, třikrát ještě tejdně se viděli, ale to prostě nebylo možný.“ (Rozhovor 7/I. G)

Absence pokroku

Nezvládnutí nových prvků po dlouhou dobu, nemožnost posouvat se ve sportovním odvětví vlivem covidu – to jsou nejčastější příčiny absence pokroku. Je nutné dodat, že absencí pokroku je u informantů většinou myšlen chybějící pokrok v akrobacii. Jedná se tedy o individuální dovednosti. Na týmových tréninkách často není na individuální dovednosti prostor, protože když jsou na tréninku všichni členové soutěžní sestavy, upřednostňuje se práce na stuntech a pyramidách, kde je nutná přítomnost všech osob zahrnutých do choreografie.

„Vždyť jsem se za celejch 12 let nenaučila ani flicka. A to jsem měla problém s tím, že jsem měla jednu ruku víc protaženou než tu druhou, takže jsem se u toho točila na stranu. A ještě vlastně na posledním soustředění si pamatuju, že místo toho, abychom se tam učily ty nový věci, ty flicky a takhle, tak vím, že jsme tam dělaly rondáty třeba nebo hvězdy. A nás to prostě štválo, že se to prostě neučíme, když to umíme.“

...jsem si říkala, že když už jsem se to jako třeba nenaučila za ty tři roky, co jsem se to učila, tak že se to prostě už nenaučím, že to prostě už neudělám.“ (Rozhovor 3/I. C)

„Prostě nedovolovalo mi to jak jako nějaký mentální zdraví, na což je jako blbý se vymlouvat, tak na druhou stranu mě to prostě nebavilo a pak když začali první tréninky venku, tak to nebyla tělocvična a vlastně ta akroba, která mě celou tu dobu strašně

motivovala a bavila, tak už tam vlastně akroba vůbec jako nebyla a teď jenom stunty.“
(Rozhovor 6/I. F)

Absence radosti, nadšení

Dalším, velmi častým faktorem, je ztráta radosti z docházky na tréninky, docházení na tréninky spíše ze zvyku. Tento jev by se dal nazvat i ztrátou motivace, často vzniká z fyzické nebo psychické únavy nebo z kombinace obou. Cheerleading je náročný sport a tréninky vyčerpávající, a to i po mentální stránce.

„Ale říkala jsem si, že jak měla začínat ta sezona, tak už jsem byla taková, ne že bych se na ty tréninky netěšila, ale že už to prostě nebylo takový jako dřív. Vždycky jsem se o těch prázdninách hrozně těšila, až to začne, ale teďka jsem byla taková, že už jsem se tolik netěšila, tak jsem se nakonec rozhodla, že teda jako skončím a uvidím, jak to bude. Jestli mi to bude tak chybět, že se budu chtít vrátit anebo prostě ne no.“ (Rozhovor 1/I. A)

„Na konci covidu, já už jsem úplně ztracená, co se týče času, tak jsem se na to úplně jako vyprdla a říkala jsem si, že stačí, že se nebudu už jako trápit. Protože už jsem se do toho strašně nutila.“ (Rozhovor 6/I. F)

Stres, zodpovědnost, pocit povinnosti

Často se s úbytkem potěšení jako protipól pojí stres a zodpovědnost, které vychází z povahy soutěžního cheerleadingu a členství v týmu jako takovém. Většina informantů má alespoň nějaký morální závazek vůči svému týmu, a proto cítí povinnost na trénink dorazit, i když se jim zrovna nechce. Pokud je člověk součástí soutěžní složky, pojí se s tím automaticky určitá odpovědnost a závazek vůči kolegům z týmu a trenérům. Možnost tým svévolně opustit se zkracuje přibližně na jeden až dva měsíce přestávky mezi sezonami.

„Plus jsem si ještě teďka uvědomila, jak jsem nad tím přemejšlela, že vlastně určitej faktor je i vlastně nějakej stres, kterej z toho cheerleadingu vždycky nějak vychází, kterej je způsobenej tím, že na tom tréninku je dalších dvacet holek, který čekaj, že přijdete. Tudiž vy na ten trénink prostě jdete, i když zrovna úplně nemůžete, i když se vám to nehodí, i když jste nemocný, i když padaj trakaře, protože prostě víte, že tam ty holky nemůžete

nechat, protože jinak ten trénink nikdy nebude tak kvalitní a nenatrénují se takový věci.“
(Rozhovor 5/I. E)

„Ale já si teď uvědomuju, že to byla šílená zátěž fyzická i psychická a já jsem pocítila neskutečnou úlevu, že už mi nebylo špatně prostě, už mě nebolely věci nebo jakoby nebyla jsem furt unavená a neměla jsem, měla jsem prostě o šest hodin navíc v tom týdnu, což bylo fakt jako moc fajn.“ (Rozhovor 6/I. F)

Tlak soutěžního odvětví, choreografie

Dalším faktorem, který zároveň navazuje na předchozí, je soutěžní odvětví jako takové. V cheerleadingu se soutěží s choreografií, která je na hudbu a obsahuje určitý počet lidí. Přitom každá osoba má v choreografii svou nezaměnitelnou roli. Choreografie se nacvičuje několik týdnů před soutěžní sezonou a v průběhu sezony se občas mění kvůli zvládnutí nových prvků nebo naopak nezvládnutí těch prvků, co byly původně v choreografii plánovány.

„...ale zároveň prostě už jsem v sobě necítila takovýho toho extra soutěžního ducha, kdy to chci prostě hrozně hrotit a trénovat třikrát týdně a tak.“ (Rozhovor 1/I. A)

„A hlavně já jsem byl vždycky rád, že jsem si zapamatoval jako jednu sestavu, jednu choreografii, a i to bylo na mě moc kolikrát. ...Já jsem byl takovej, že už fakt jako, když mi teklo do bot a fakt jako byla soutěž za dveřma, tak jsem se tomu věnoval doma tý choreografii a tohle, ale do té doby...“

V: Jako že sis třeba nakoukával videa z tréninku?

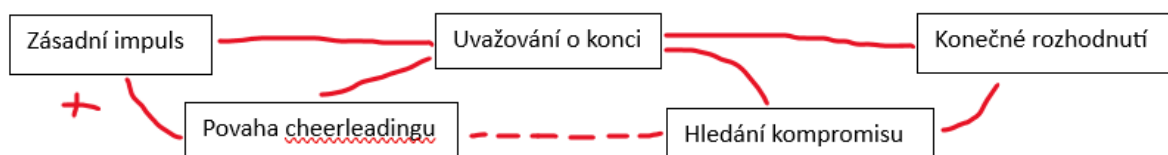
I. G: No, no, taky, taky. Jo, jo, jo nebo prostě jsem dostal sepsáno do zprávy, co kdy se, jak děje, protože holky ze mě kolikrát už byly fakt jako nešťastný, který se mnou stavěly v tom novým týmu. A to i v tom původním, já jsem na to nikdy neměl pamatováka.“
(Rozhovor 7/I. G)

„Plus samozřejmě cheerová sezona prostě vrcholí na přelomu května a června, kdy já už vlastně teďka se aktivně připravuju na zkoušky a věděla jsem, že už se budu připravovat, takže jsem si asi nechtěla úplně přidělovat stres tím, že budu chodit ještě na tréninky, kde pojedou fullouty a budu vystresovaná z toho, že mi něco spadlo, že tam něco nepostavím, že z té sestavy třeba budem muset něco vyndat nebo budem muset chodit navíc to trénovat.“

Takže i tohle byl vlastně určitej faktor toho, proč jsem se rozhodla s tím cheerem skončit, protože prostě je tam i tahle zodpovědnost, kterou člověk musí přijmout, když chce být atlet.“ (Rozhovor 5/I. E)

Vzhledem k tomu, že drtivá většina kategorií souvisela s procesem rozhodnutí, rozhodla jsem se v dalším průběhu analýzy blíže se podívat právě na tento jev a hlouběji ho prozkoumat. Teorii rozhodování popisuje MARCUS a FORSYTH (2010: 40) jako „způsob uvažování lidí, když se rozhodují, jak se chovat na základě porovnání předpokládaných benefitů a výdajů daného typu chování.“ Toto srovnání zisků a těžkostí se někdy také nazývá rozhodovací bilancí. Rozhodnutí jedince pak závisí na jeho přesvědčení, zdali benefity převáží nad výdaji nebo naopak. Pokud je sportovec přesvědčen, že zisky převažují nad těžkostmi, je i více motivován v činnosti pokračovat. Mezi zisky neboli benefity řadí většina informantů tohoto výzkumu obecně přínosy sportovní aktivity jako takové. Jedná se například o určitý řád, rutinu, zdravý životní styl, fyzické vybití a kontakt s podobně naladěnými přáteli.

Sportovci popisují vždy jeden zásadní impuls k prvotnímu uvažování o ukončení aktivní činnosti, poté následuje u většiny z nich srovnání pozitiv a negativ čili, co jim aktivní působení v cheerleadingovém klubu přináší a v čem je omezuje. Někteří z nich se poté snaží hledat kompromis nebo alternativu současné situace tak, aby mohli v aktivní činnosti alespoň částečně pokračovat. Nicméně často se jim to nedaří kvůli povaze tohoto sportovního odvětví. Soutěžní sezona a členství v soutěžním týmu a choreografii má svá specifika. K rozhodovacímu procesu jsem si vytvořila tento model, který je inspirovaný paradigmatickým modelem a dále jej popíšu.



Model procesu rozhodování

Jako první se pokusím definovat zásadní impuls. Pod tuto nově vzniklou kategorii jsem si zařadila tyto kategorie a subkategorie:

- Životní změna
- Studijní povinnosti
- Preference studia
- Pracovní povinnosti
- Online tréninky
- Vliv covidu
- Absence soutěží

Všichni informanti popisují vždy jeden moment, kdy došlo k určité závažné změně, která je přinutila začít uvažovat o odchodu z týmu. Nejčastěji to bývá přechod ze základní školy na střední školu nebo ze střední školy na vysokou školu. S tímto přechodem se přirozeně pojí úbytek volného času, respektive jeho rozdělení. Přibývá potřeba časové dotace na studium a přípravu na vyučování. Životní změnou rozumíme především přestěhování se od rodičů do vlastního bydlení. Tento jev se vyskytl u informanta C a má podobný efekt jako změna školy. Dotyčnému ubude volný čas, tentokrát z důvodu péče o domácnost. Zároveň jako životní změnu bereme i nástup do zaměstnání a jakési osamostatnění, tento jev nacházíme u informanta G. Zvláštní místo pak zaujímají online tréninky, vliv covidu a absence soutěží. V roce 2020 a 2021 se v ČR a ani ve světě v podstatě nekonaly soutěže, drtivou většinu obou let nebylo možné se ani fyzicky setkávat na tréninky. Z kontaktního cheerleadingu se tak na dva roky stal sport o posilování, protahování a kondičním cvičení, které bylo možné provozovat doma samostatně. Je vcelku logické, že některým sportovcům toto vzalo elán a chuť do tréninků. Obzvláště patrné to bylo u těch sportovců, kteří si cheerleading zamilovali pro jeho specifickou, kterou jsou hlavně lidské pyramidy a stunts.

Pod povahou cheerleadingu se skrývá velké množství subkategorií. Pro proces rozhodování a případně i hledání kompromisu, jsou však velmi určující. Subkategorie spadající pod kategorii povaha cheerleadingu jsou:

- Časová náročnost
- Tlak soutěžního odvětví
- Pocit povinnosti
- Fyzická náročnost
- Stres
- Zodpovědnost

- Finanční náročnost
- Přátelské vztahy
- „Druhá rodina“
- Týmový sport
- Učení choreografie
- Nutnost individuálního tréninku
- Cheerleadingová sezona
- Ženský sport
- Udržení pozornosti
- Fyzický kontakt

Cheerleadingová sezona je totožná se školním rokem, tj. od září do června. Na začátku této sezony jsou tréninky orientovány spíše na kondiční přípravu a učení se nových prvků, a to jak individuálních, tak týmových. Přibližně v prosinci až lednu pomalu startuje soutěžní sezona. To znamená, že do té doby by měly týmy mít připravenou soutěžní choreografii a všichni sportovci by ji měli zvládnout. K natrénování této choreografie je nutná 100% docházka všech členů soutěžní sestavy. Vzhledem k tomu, že cheerleading je týmový sport a velkou část choreografie zaujímají stunty nebo pyramidy, je dobrá docházka na tréninky nutností. Pokud na tréninku absentuje jeden člen group stuntu, nemá tento group stunt na tréninku v podstatě co dělat. Tato absence zároveň také ovlivňuje celý tým, protože v pyramidách jsou potřební všichni členové týmu. Některé týmy již toto řeší pozicí náhradníků, tzn. že na každém tréninku mají přítomné osoby, které nejsou primárně součástí soutěžní sestavy, ale jsou připraveny zaskočit v případě nemoci či zranění kolegy z týmu. Ne všechny týmy ale mají takovouto možnost, malé týmy jsou závislé na všech svých členech, a tak si náhradníky nevyčleňují. Když s týmem nemá sportovec přímo uzavřenou smlouvu na sezonu, měl by mít minimálně nějaký morální závazek na tréninky chodit, aby nedělal zbytku týmu problémy.

Dalším rysem jsou přátelské vztahy a úzké vazby v týmu. Cheerleading je založen na důvěře mezi týmovými kolegy. Pokud vás někdo vyhazuje čtyři metry do výšky, musíte mít důvěru v to, že vás zase chytí a naopak, pokud vy vyhazujete někoho do vzduchu a on tam má předvést určitý prvek, věříte, že jej udělá tak, jak má a nezpanikaří, aby vás nezranil. Když jste navíc členem týmu několik let, strávíte

na trénincích velké množství času, a tak si přirozeně najdete v týmu přátele. V tomto případě se setkáváte se stejnými lidmi na tréninkách, soutěžích, v podstatě spolu vyrůstáte, řešíte každodenní problémy a podobně. Často se stává, že člověk, který přišel do cheerleadingového klubu proto, že ho zaujal daný sport a je orientovaný na výkon, se po pár sezonách orientuje spíše na přátele, které si zde našel a tréninky bere jako příjemně strávený čas. Orientace na výkon a orientace na přátele se přitom nevyklučuje, přátelské vztahy mohou být brány jako benefit.

„Když jsem přemýšlela nad odchodem z cheeru, bylo mi hrozně líto, protože jsem tam měla skupinu několika dlouholetých kamarádů a všechny jsem měla hrozně ráda. V podstatě se všema trenérama a několika členy našeho týmu jsem vyrůstala od dětství. Jakou dobu jsem teda přemýšlela, jestli toho nebudu litovat a jestli opravdu odejít bude ta správná varianta.“ (Rozhovor 4/I. D)

U mužského informanta se setkáváme s pojmem ženský sport. Je fakt, že v cheerleadingu stále dominují ženy, ale mužská síla je velkým přínosem. Hlavně v dětských kategoriích je stále převážná většina sportovců ženského pohlaví. Je tedy běžnou praxí, že pokud je v týmu malý chlapec, je obklopen dívkami. Toto se láme při přechodu z juniorské do seniorské věkové kategorie.

Co se týká učení choreografie, praktikuje se většinou na víkendovém soustředění a trvá několik hodin. Sportovcům je sděleno na jakých pozicích předvádějí jaké prvky, kolik času mají na přechody mezi jednotlivými prvky, jakou kde zastávají roli. Choreografie se učí na tzv. eightcount, což je nahrané počítání od jedné do osmi po dobu dvou minut a patnácti vteřin. Tak dlouhá je část předváděná na hudbu. Poté, co se choreografii sportovci takto naučí, nechává se vytvořit hudba pro danou choreografii a tato pak nahradí eightcount. Pokud je pro sportovce problém prvky v choreografii zvládnout, je nutné ji upravit. Žádný trenér nechce, aby jeho svěřenci šli soutěžit se sestavou, která je nad jejich síly.

Role sportovce je závazek nejen k týmu, ale i k vlastní osobě. Co všechno obnáší být v soutěžní sestavě a chovat se podle zásad sportovce velmi dobře shrnul informant E.

„...určitej faktor je i vlastně nějakej stres, kterej z toho cheerleadingu vždycky nějak vychází, kterej je způsobenej tím, že na tom tréninku je dalších dvacet holek, který čekaj,

že přijdete. Tudiž vy na ten trénink prostě jdete, i když zrovna úplně nemůžete, i když se vám to nehodí, i když jste nemocný, i když padají trakaře, protože prostě víte, že tam ty holky nemůžete nechat, protože jinak ten trénink nikdy nebude tak kvalitní a nenatrénujou se takové věci. Takže už to je trošku stresující, že prostě musíte a pak bych taky řekla, že je tam určitě tlak z toho, vyplývající z toho, že je tam ta sestava, kterou se člověk pořádkem musí učit. Ona se předělává, tak se jí zase přeúčí, měl by chodit na tréninky navíc, měl by makat třeba na akrobě, která se prostě v tréninkách týmovejch tolik nestíhá, protože je potřeba dělat ty společné věci. Měl by člověk nějak posilovat, protahovat se, připravovat se na ty tréninky, dobře spát, dobře jíst, protože prostě je sportovec a potřebuje tady ty věci, který jsou jako fajn, ale vlastně jsou lehce omezující a pro člověka, kterej už si vlastně nechce přidělovat žádný stres ke škole, to trošičku stresující být může. Plus samozřejmě cheerová sezona prostě vrcholí na přelomu května a června, kdy já už vlastně teďka se aktivně připravuju na zkoušky a věděla jsem, že už se budu připravovat, takže jsem si asi nechtěla úplně přidělovat stres tím, že budu chodit ještě na tréninky, kde pojedou fullouty a budu vystresovaná z toho, že mi něco spadlo, že tam něco nepostavím, že z té sestavy třeba budu muset něco vyndat nebo budu muset chodit navíc to trénovat. Takže i tohle byl vlastně určitě faktor toho, proč jsem se rozhodla s tím cheerem skončit, protože prostě je tam i tahle zodpovědnost, kterou člověk musí přijmout, když chce být atlet.“
(Rozhovor 5/I. E)

Zásadní impuls společně s povahou cheerleadingu tedy často vedou k začátku uvažování o konci aktivní kariéry. Většina informantů toto rozhodování provádí tak, že si srovná pozitiva a negativa pojící se s docházkou na tréninky. Na jedné straně jsou přínosy a na druhé straně obtíže, které aktivní členství v týmu informantovi působí. Příklad tohoto postupu uvádím z rozhovoru s informantem C.

„Zvažovala jsem různé věci, co mi to přinášelo v tu dobu, spíš plusy a mínusy. Ty plusy byly to, že jsem se furt hejbal, měla jsem nějakou rutinu, neležela jsem doma, dělala jsem něco pro sebe, prostě jsem jako sportovala a ten sport byl zajímavější. Mínusy, že jsem se tam neměla už v podstatě s kým bavit, jak postupně odcházely ty holky a jak už jsem ti říkala předtím, že tam nebyl posun. K tomu ta škola, že ve středu jsem v podstatě běžela hned ze školy na trénink, ani jsem to pomalu nestíhala a byla jsem v prváku, nevěděla jsem pomalu, co tam dělám. A nevěděla jsem, co po mě v té škole chtějí, jak to bude dál, a tak a chtěla jsem být dobrá v té škole kvůli sobě. Navíc jsem byla i v časovém

presu, protože tréninky končily pozdě a já musela čekat do osmi na vlak, pak jsem domu dorazila nejdřív v půl 9 a musela jsem se ještě připravit do školy a pak třeba v zimě, když už byla tma a nikde nikdo nebyl a já čekala prostě hodinu na vlak, tak jsem se i bála. To se mnou ještě občas čekala kamarádka, tak to bylo dobrý, ale když neměla čas, tak prostě jsem tam byla ve tmě sama a teď okolo takový pochybný lidi.“ (Rozhovor 3/I. C)

Někteří sportovci se poté snaží najít určitý kompromis, aby nemuseli cheerleadingový svět opustit úplně. Nicméně tato snaha často selhává kvůli povaze cheerleadingu, soutěžní sezona a choreografie většinou neumožňuje někomu ulevit z docházky na tréninky. U jednoho z informantů se tato situace povedla vyřešit nabídkou pozice náhradníka, kde došlo k určité úlevě z tréninků. U dalšího informanta byl tento kompromis uskutečněn prostřednictvím trenérské pozice. Zmenšil se čas strávený na tréninku, a přesto zůstal informant součástí sociální skupiny a cheerleadingové komunity (tento informant byl ale trenérem i při své aktivní soutěžní kariéře).

Ne všichni informanti ale dospějí k této fázi. Někdo z bodu uvažování o konci rovnou učiní finální rozhodnutí opustit tým. Nesnaží se vyjednat si určitý kompromis nebo najít jinou cestu, jak u cheerleadingu zůstat. V tomto případě zasahuje do rozhodnutí osobnost jedince a jeho žebříček hodnot.

Zasazení příběhů do modelu

Nyní zkusím zasadit příběh každého informanta do vytvořeného modelu, abych zjistila, zdali je aplikovatelný.

Informant A – zde jako zásadní impuls definují odchod blízkých přátel. V prvním rozhovoru tomuto informant přikládal největší váhu. K tomu se přidaly faktory z kategorie povaha cheerleadingu jako je časová náročnost, únava, pocit povinnosti a následný pocit přetížení. Tato kombinace dovedla informanta k uvažování o konci, tou dobou ale už měl trenérskou zkušenost. O to snazší byla cesta hledání kompromisu. Informant chtěl zůstat v kontaktu s komunitou, a tak se dobral ke konečnému rozhodnutí, že prozatím ukončí aktivní kariéru sportovce a zůstane trenérem. Při druhém rozhovoru již informant definoval blíže rozhodovací proces. Přiznal, že velkou roli hrála i doba v létě, mimo soutěžní sezonu, kdy si informant mohl odpočinout od tréninkového a soutěžního kolotoče. Dále se podle něj nakupilo více příčin, které později převážily

váhy na stranu ukončení aktivní činnosti v soutěžním týmu. Mezi tyto příčiny patří přidání tréninku týmu, časová náročnost, studijní a pracovní povinnosti, odchod blízkých přátel, absence radosti a pocit povinnosti.

Informant B – zásadním impulsem u druhého informanta byla covidová pandemie, a hlavně online tréninky, které mu vzaly chuť. Po skončení pandemie se informantovi nepodařilo navázat tam, kde byl před pandemií. K tomu se přidaly studijní povinnosti a preference studia. Informant si představoval, že čas, který dříve trávil na tréninkách bude nově trávit přípravou do školy. To se ovšem nestalo. Bližší vysvětlení je možné nahlédnout v rozhovoru 2 v příloze. U tohoto informanta hraje povaha cheerleadingu jen velmi malou roli, a to prostřednictvím časové náročnosti. Informant B se také nepokusil hledat kompromis, ale kombinace stavu po pandemii se studijními povinnostmi vedla k finálnímu rozhodnutí ukončit aktivní činnost v cheerleadingovém klubu. Dále informant popisuje, jaký negativní vliv mělo toto ukončení na jeho život. V podstatě stav po ukončení činnosti vůbec neodpovídal tomu, co si informant představoval, naopak informant objevil benefity, které mu sportovní činnost přinášela, a proto se rozhodl pro návrat.

Informant C – jako zásadní impuls definují odchod blízkých přátel, k němuž se přidala absence pokroku a pocit nedostatečného výkonu. V tuto chvíli přišla pandemie covidu, která další posun znemožnila. V navazujícím rozhovoru informant ještě uvádí, že na straně mínusů byla časová náročnost cheerleadingu spojená s komplikovaným dojížděním na tréninky (informant bydlí na vesnici a na tréninky dojížděl do města). Tohoto omezení si ale začal informant všimnout až při nástupu na střední školu, protože se prodloužil čas dojíždění do školy, a navíc ze školy se informant často přesouval rovnou na trénink. Určitou váhu přikládá ve finálním rozhodnutí i studijním povinnostem. Třetí informant se také nesnažil hledat kompromis. Sám definuje kombinaci příčin, která způsobila odchod z týmu.

„Takže třeba kdyby ten covid nebyl, tak bych měla ten posun v akrobě větší, ale takhle to mě prostě nebavilo, přes ten mobil se skoro nic dělat nedalo. Možná, kdyby ty holky neodešly, tak bych tam zůstala dýl, ale třeba jen o něco, pak bych třeba stejně skončila kvůli škole, protože ještě s tím dojížděním to bylo fakt náročný.“ (Rozhovor 3/I. C)

Informant D – zde sám informant jako zásadní impuls definuje životní změnu, novou životní etapu. Rozhodl se osamostatnit a odstěhovat od rodičů. K tomu se přidal nejčastější faktor z kategorie povahy cheerleadingu, a tím je časová náročnost. Informant neměl při své soutěžní zátěži v podstatě čas na nic dalšího. To zapříčinilo začátek uvažování o konci aktivní kariéry. Tento informant se také rozhodl bez hledání kompromisu. Bral to jako jakousi přirozenou cestu při změně životní etapy, a tak se stěhováním od rodičů přišlo i ukončení aktivní činnosti v cheerleadingovém klubu. To, že nedošlo k hledání kompromisu, může být také výsledkem dlouholetého provozování cheerleadingu a vědomí jeho povahy (specifika soutěžního odvětví, časová náročnost, týmovost).

Informant E – zásadním impulsem u pátého informanta jsou studijní povinnosti. Se začátkem studia vysoké školy počítal informant automaticky s úbytkem volného času. Tento impuls v podstatě stačil na začátek uvažování o konci. Když se informant ohlédl v navazujícím rozhovoru s časovým odstupem za svým rozhodnutím, přiznává, že velkou roli sehrála i povaha cheerleadingu. Sám uvádí v podstatě všechny faktory, které sem spadají.

„...takže vyloženě tady to časový hledisko, protože tréninky třikrát týdně na dvě hodiny plus jsem ještě minimálně tři čtvrtě hodiny dojížděla, protože jsem to měla na druhé straně města, takže to byl jako opravdu velkej žrout času. Plus jsem si ještě teďka uvědomila, jak jsem nad tím přemýšlela, že vlastně určitej faktor je i vlastně nějaký stres, kterej z toho cheerleadingu vždycky nějak vychází, kterej je způsobenej tím, že na tom tréninku je dalších dvacet holek, který čekaj, že přijdete. Tudiž vy na ten trénink prostě jdete, i když zrovna úplně nemůžete, i když se vám to nehodí, i když jste nemocný, i když padaj trakaře, protože prostě víte, že tam ty holky nemůžete nechat, protože jinak ten trénink nikdy nebude tak kvalitní a nenatrénujou se takový věci.“ (Rozhovor 5/I. E)

Cheerleading nechtěl tento informant úplně opustit, a tak se snažil hledat alternativy. Dostal nabídku trenérské pozice, která by ovšem nevyřešila problém časové náročnosti. Kompromisem, na kterém se dohodl se svým trenérem, byla pozice náhradníka s určitým rozvolněním docházky na tréninky. Informantovi bylo povoleno docházet na tréninky dle svých časových možností. Tak došlo k finálnímu rozhodnutí ukončit aktivní soutěžní činnost, nicméně zůstat v pozici náhradníka.

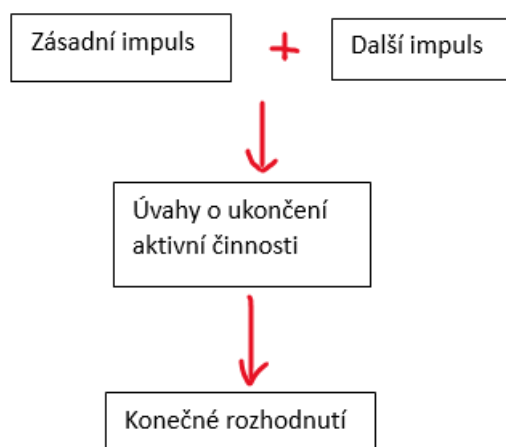
Informant F – zásadním impulsem zde je covidová pandemie, během níž si informant našel jiné vyplnění času a jiné aktivity. Jeho nejoblíbenější složkou cheerleadingu navíc byla akrobacie, kterou nebylo možné trénovat ve venkovních podmínkách, do kterých se po pandemii cheerleading vracel. K rozhodnutí skončit s aktivní činností přispěl i fakt, že se informant cítil v týmu nepřijatý, hovořil dokonce o preferování některých sportovců trenéry. Přiznává, že ke konci aktivní kariéry nedošlo úplně férovým způsobem, na tréninky nechodil a neomlouval se z nich. Částečně zde hrála roli i povaha cheerleadingu, a to časová a finanční náročnost, ale spíše okrajovou. Hlavními důvody pro uvažování o konci aktivní činnosti v cheerleadingovém klubu byly covidová pauza a nezapadnutí do kolektivu. U tohoto informanta chybí hledání kompromisu, tato fáze zde neproběhla. Občas se ale informant k cheerleadingové komunitě vrací, a to formou brigád a výpomoci na různých akcích.

Informant G – zde jako zásadní impuls definuji opět covidovou pandemií. Sám informant přikládá tomuto faktoru největší váhu. Tréninky přes obrazovku počítače mu nic nepřinášely, naopak by se dalo říct, že ho i obtěžovaly. Informant měl zálibení i v soutěžní povaze tohoto sportu, toto během pandemie také zmizelo. Došlo u něj ke ztrátě motivace. K tomuto stavu se přidaly pracovní povinnosti a osamostatnění se, což zapříčinilo první úvahy o ukončení cheerleadingové kariéry. Částečně k rozhodnutí přispěla i povaha cheerleadingu, a to především jeho fyzická náročnost, která se informantovi zdála neslučitelná s jeho zaměstnáním. Poslední informant se také nesnažil hledat kompromis, nástup do práce a covidová pauza byly pro jeho odchod z cheerleadingu zásadní.

Vzhledem k výše uvedenému jsem se rozhodla model upravit a konkretizovat. Upravený model vypadá takto:



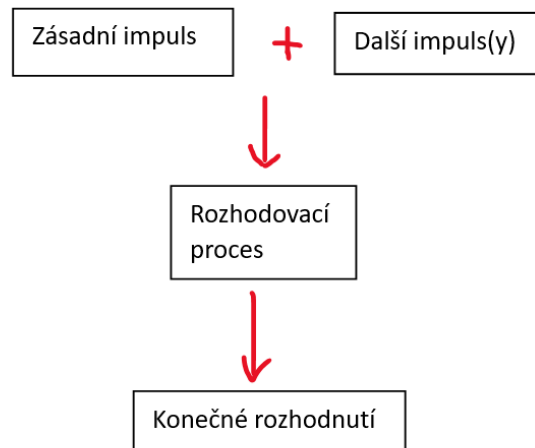
Zásadní impuls zůstává neměnný, pokud se k němu přidá nějaký z faktorů povahy cheerleadingu (nejčastěji časová náročnost a tlak soutěžního odvětví), dochází k úvahám o ukončení aktivní činnosti. Někteří jedinci se snaží hledat kompromis, jiní vzhledem ke znalosti povahy cheerleadingu rovnou učiní konečné rozhodnutí. K tomuto modelu se dají zařadit příběhy informantů A, D, a E. Nemožnost zařazení všech příběhů mě donutila vytvořit další model.



V tomto modelu jsem vynechala povahu cheerleadingu jako určující faktor. Namísto ní přišel další impuls, který informanty donutil začít uvažovat o ukončení aktivní činnosti. Jako další impuls definuji studijní povinnosti, pracovní povinnosti, absenci pokroku a nepřijetí kolektivem. Zároveň z modelu zmizelo hledání kompromisu, protože u většiny informantů se toto neuskutečnilo. K tomuto modelu se dají zařadit příběhy informantů B

a G, na pomezí obou modelů stojí příběhy informantů C a F, ale spíše bych je zařadila také k tomuto modelu.

Nyní jsem chtěla oba modely opět sloučit a vytvořit tak jeden, který bude aplikovatelný na všechny příběhy. Na jeho základě se poté pokusím formulovat ústřední důvod k odchodu a dále rozebrat vztahy k němu.



Jako zásadní impuls v tomto modelu rozumíme covidovou pandemii, studijní povinnosti, odchod blízkých přátel a životní změnu. Respektive studijní povinnosti by se v případě informanta E také daly nazvat životní změnou, protože se jedná o nástup na vysokou školu. Pro účely tohoto modelu tedy máme tři zásadní impulsy a těmi jsou covidová pandemie, životní změna a odchod blízkých přátel. Pod další impuls(y) spadají i faktory z povahy cheerleadingu. Pod rozhodovací proces spadá v tomto modelu také kategorie hledání kompromisu, pokud se u informanta vyskytla. Přičemž rozhodovacím procesem také rozumíme myšlenkový pochod informantů, kdy si srovnají pro a proti. Jako konečné rozhodnutí rozumíme jak ukončení aktivní činnosti, tak přechod na pozici trenéra nebo náhradníka. Tento model dokáže nyní pojmout všechny příběhy našeho výzkumu.

Ústředním důvodem k odchodu jsem určila životní změnu, ta se vyskytla u všech účastníků výzkumu. Pod životní změnu jsem nyní zařadila jak studijní povinnosti, tak nástup do zaměstnání a také osamostatnění se. Pro některé informanty byla životní změna spíše zásadním impulsem k odstartování úvah o ukončení aktivní činnosti v cheerleadingovém klubu, pro některé dalším impulsem nebo doplňkovým faktorem.

Tento milník se ale vyskytoval u všech informantů. Jedná se o přirozený jev, určitá životní změna je v adolescentním věku nutná. Se životní změnou se pojí větší potřeba času, ať už k zajištění fungování domácnosti, ke studiu, výkonu povolání nebo dojíždění. Zároveň zde přichází do konfrontace časová náročnost cheerleadingu, sem se nejčastěji obrací pozornost informantů při hledání času, který jim ve fázi životní změny chybí. V souvislosti se životní změnou se také objevuje kategorie hodnot jedince, zde často dochází v adolescentním věku k revizi. Se životní změnou se zároveň pojí i kategorie odchodu blízkých přátel. Z rozhovorů vyplývá, že pokud informantům přátelé z týmu odešli, učinili tak většinou také z důvodu změny životní etapy – studium, zaměstnání. Je tedy možné formulovat teorii, že se životní změnou se zvyšuje potřeba času právě na činnosti s ní spojené. Adolescent hledá, kde potřebný čas vzít, poté přichází do úvahy cheerleading kvůli své časové náročnosti. Dále mě zajímalo, jak se ke kategorii životní změny staví cheerleadingové kluby. Z výzkumu vyplývá, že žádný z týmů nemá vybudovaný reakční plán. Pokud informant vznesl požadavek na úpravu četnosti tréninků, byl řešen individuálně. Někde se povedl tento požadavek uspokojit jakýmsi kompromisem, jinde požadavek menší časové náročnosti uspokojen nebyl, a proto adolescent z klubu odešel. Při práci se sportovci adolescentního věku by bylo dobré s událostmi jako jsou přechod na střední, případně vysokou školu nebo nástup do zaměstnání počítat. Počítat především s tím, že sportovcům přibudou starosti s novou životní etapou a budou potřebovat více času pro zajištění potřebného. Tento čas budou pravděpodobně hledat právě u cheerleadingu.

Porovnání s příběhem výzkumníka

Můj rozhodovací proces byl velmi podobný jako ty účastníků výzkumu. Srovnala jsem si benefity a těžkosti situace. Na straně benefitů bylo udržení kondice, provozování sportovního odvětví, které mám velice ráda, zdravý životní styl, režim, udržení možnosti soutěžení pro další kolegy a mladé sportovce a radost, kterou mi cheerleading a trénování přinášelo. Na straně těžkostí byla časová náročnost cheerleadingu, problémy se zakládáním vlastního klubu (jednání s úřady, pronájem tělocvičny, následné povinnosti), komplikované dojíždění z jiného města, kde jsem navštěvovala vysokou školu a náročnost trenérské role.

Podobnosti v příbězích informantů a mém jsou jednoznačně v rozhodovacím procesu. Stejný je věk (adolescentní), ve kterém k tomuto rozhodování dochází a spojitost

s nějakou větší životní změnou, v mém případě to byl nástup na vysokou školu. Rozhodovala jsem se pomocí srovnání pro a proti jako většina informantů, k tomu jsem brala v potaz časové omezení, které vysoká škola bez pochyb přinese. U mě nakonec převážila pro, velký podíl na tom mělo a stále má i mé velké zalíbení v cheerleadingu. Nedokázala jsem si představit, že to prostředí a přátele opustím, to byl největší faktor, který byl pro finální rozhodnutí zůstat u cheerleadingu, a k tomu založit vlastní klub, určující.

6 Výsledky šetření

Výzkumné šetření mělo za úkol popsat, jaké jsou důvody odchodu aktivních adolescentních členů z cheerleadingového klubu. Ve výpovědích sedmi informantů se jako nejčastější faktor vyskytovala časová náročnost tohoto sportovního odvětví. Dále informanti kladli velký důraz na vliv covidové pandemie, během níž nebylo sportovcům umožněno trénovat kolektivně s fyzickým kontaktem a nekonal se soutěže. Dalším důvodem je životní změna, kterou může být nástup do práce, na střední nebo vysokou školu, případně osamostatnění se. Rizikem úvah o odchodu z týmu je také odchod blízkých přátel, tento jev se vyskytoval většinou u sportovců, kteří strávili v týmu alespoň tři sezony. Mezi další důvody patří soutěžní povaha cheerleadingu, tlak a stres, který se s vystoupením na veřejnosti a hodnocením odbornými porotci přirozeně pojí. Značný vliv má také fyzická náročnost cheerleadingu, obzvláště u některých sportovců. Čím hůře je sportovec fyzicky vybaven nebo čím menší má nadání, tím déle mu vše trvá a tím tvrději musí pracovat. Tento fakt často vede k absenci pokroku a ta byla také zmiňována jako důvod k odchodu z cheerleadingového klubu. Důvody, jimiž jsou absence radosti a zodpovědnost a pocit povinnosti spolu vzájemně souvisí. Členství v soutěžním týmu má svá specifika, nutností je závazek na určitou dobu, ten bývá často jen morální. Cheerleadingová sezona začíná v září, soutěžní sezona startuje na přelomu prosince a ledna a vrcholí v červnu. Na novou sezonu se opět připravuje nová soutěžní choreografie, pokud tedy sportovec ztratí radost z trénování, většinou pokračuje v docházce na tréninky alespoň do konce soutěžní sezony. V případě dřívějšího odchodu trpí trenér a zbylí kolegové v týmu, protože je nutné celou soutěžní choreografii upravit, proto informanti toto popisovali jako pocit povinnosti.

Cílem výzkumu bylo zároveň vytvořit model situace, v jaké se aktivní adolescentní člen cheerleadingového klubu rozhodne z klubu odejít a které faktory na toto rozhodnutí mají vliv. Prostřednictvím analýzy jsem zjistila, že dominantní je jeden zásadní impuls, kterým bývá životní změna nebo odchod blízkých přátel. Životní změnou rozumíme osamostatnění se a nástup do zaměstnání nebo nástup na střední nebo častěji vysokou školu. Vzhledem k vlivu koronaviru a celosvětové pandemie jsou zde výsledky poněkud zkresleny i tímto faktem, proto pod zásadní impulsy řadím také covidovou pandemii. Ve většině případů se ale nejedná pouze o jeden impuls, ale kombinaci jednoho velkého – zásadního a alespoň jednoho dalšího impulsu. K dalším impulsům jsem

zařadila časovou náročnost cheerleadingu, tlak soutěžního odvětví, studijní povinnosti, pracovní povinnosti, absenci pokroku a nepřijetí kolektivem. Míra důležitosti dalšího impulsu je u informantů různá. Někdy se jedná jen o doplňkový faktor, který je podpoří v začátku úvah o ukončení činnosti, někdy se nasčítá dalších impulsů i několik. To se odvíjí od situace každého jedince a jeho vnímání. Rozhodovací proces znamená srovnání pozitiv a negativ, sportovec si nejčastěji dává na jednu stranu pro a na druhou proti, někteří sportovci se pokouší hledat alternativní řešení nastalého problému, kterým většinou bývá nedostatek času. To jsem nazvala hledáním kompromisu, u informantů tohoto výzkumu se jednalo o vyjednání pozice náhradníka nebo přechod z pozice aktivního sportovce na pozici trenéra. Výsledkem rozhodovacího procesu je poté konečné rozhodnutí.

Modelová situace jedince, který se rozhodne ukončit svou aktivní sportovní kariéru a opustit cheerleadingový klub by tedy mohla vypadat následovně: Sportovec, ve věku přechodu ze základní na střední školu nebo ze střední školy na vysokou školu, má dvouhodinový trénink třikrát týdně a byl členem soutěžní choreografie alespoň dvě sezony. Tento sportovec ví, že od příští sezony bude dojíždět do školy dál než doposud, vyučování bude pravděpodobně delší a je si vědom množství času, který tráví na tréninkách, soustředěních a soutěžích. Kombinace těchto dvou faktorů již může být startem k uvažování o ukončení aktivní činnosti, pokud se k nim přidá ještě například faktor, že se v týmu necítí úplně dobře nebo mu odchází dobrý kamarád, případně se dlouho nikam neposunul, jedná se u většiny adolescentů o takzvaný „hřebíček do rakve“. Roli zde samozřejmě hraje i to, jak moc je daný sportovec do cheerleadingu zapálený, jaké má hodnoty a priority, jaká je osobnost. Naprosto záměrně jsem do této modelové situace nezařadila covidovou pandemii, protože tu nejsou trenéři ani sportovci schopni ovlivnit. Ve svém výzkumu jsem se setkala pouze s čestnými sportovci, kteří odešli až s koncem soutěžní sezony nebo během covidové pandemie, nikdo z informantů neukončil svou činnost uprostřed sezony a nenechal tým na holičkách.

Pokud bych měla vydat doporučení trenérům cheerleadingových týmů, jednalo by se o hlídání tzv. rizikového věku, kterým by byl přechod na střední nebo na vysokou školu. V případě, že o takové sportovce nechtějí v následující sezoně přijít, měli by s nimi o situaci diskutovat a také se pokusit jim ulevit v časové zátěži. Dalším zajímavým výsledkem plynoucím z výzkumu je absence náhradní sportovní aktivity u všech

informantů. Přestože někteří informanti uvažovali o náhradní aktivitě místo cheerleadingu, žádný z nich u ní nevydržel nebo s ní ani nezačal.

Adolescence je sama o sobě už tak velmi křehkým obdobím, je třeba k ní přistupovat s respektem. Mladistvý se mění v dospělého, zodpovědného jedince, proto je dobré nechat mu prostor pro tuto přeměnu.

7 Diskuze

Cílem výzkumu bylo zjistit, jaké jsou důvody odchodu aktivních adolescentních členů z cheerleadingového klubu a pomocí zakotvené teorie přijít na to, jak vypadá situace, kdy se cheerleader rozhoduje, že z klubu odejde. Data jsem sbírala prostřednictvím rozhovorů. Účastníky výzkumu byly osoby, které v adolescentním věku zanechaly své aktivní cheerleadingové kariéry. V průběhu kódování prvních rozhovorů jsem se rozhodla informanty znovu oslovit, aby shrnuli a znovu převyprávěli svůj příběh ukončení aktivní činnosti v cheerleadingovém klubu. Tento druhotný kontakt se uskutečnil přibližně dva až pět měsíců po prvních rozhovorech. Výzkumu se zúčastnilo sedm participantů. Analýzu získaných dat jsem prováděla prostřednictvím kódování.

Z výsledků výzkumného šetření je bezpochyby patrné, že rozhodnutí ukončit své působení na poli soutěžního cheerleadingu a odejít z týmu má souvislost se změnou životních priorit. Většina účastníků tohoto výzkumu dává změnu školy nebo osamostatnění se do přímé souvislosti s rozhodnutím o odchodu z cheerleadingového klubu. Jak uvádí MACEK (1999: 146), „*nejfrekventovanější oblastí běžných starostí a problémů je dění související se školou*“. Tuto oblast svého života hodnotili dospívající oslovení v rámci Euronet Pilot Study jako nejobtížnější. Poté následovaly oblast peněz a problémy s přítelkyní či přítelem a problémy s rodiči. Celé období adolescence je spojeno s několika změnami, a to ve všech ohledech. VÁGNEROVÁ (2005: 321) uvádí, že dospívání představuje specifickou životní etapu, která má svoje typické znaky v rámci životního cyklu a svůj objektivní i subjektivní význam. Všichni oslovení také popisují jistou změnu v rámci cyklu svého života. Typickým znakem dospívání je odklon od rodičů, tvorba nezávislosti a rozhodování sám za sebe. I tento jev hraje ve výzkumu odchodů cheerleaders značnou roli. Někteří účastníci výzkumu byli aktivními členy cheerleadingového klubu mnoho let, tím můžeme předpokládat, že za jejich sportovními začátky stáli rodiče, prvotní impuls a motivaci jim dali právě oni. Pro některé jedince tedy může být v adolescentním věku přirozené přehodnotit vše, co dosud činili, a speciálně pokud tak činili kvůli někomu jinému. V případě toho, že chce adolescent nějakou činnost dělat kvůli někomu jinému, rozhodně to v období adolescence nebude rodič. Hlavní roli hraje vrstevnická skupina a partnerský vztah. LANGMEIER (srov. 2002: 87) poukazuje na rozšiřování samostatného období dospívání, kdy na jedné straně děti začínají dospívat dříve a na druhé straně plně ekonomicky a sociálně nezávislími se stávají později.

Ukončení závislosti na rodičích se posouvá hlavně kvůli stoupajícím nárokům společnosti. Možná je tedy období adolescence v tomto výzkumu ohraničeno příliš úzce.

V mém výzkumu se formulovaly nejčastější důvody, pro které aktivní adolescentní členové ukončují činnost v cheerleadingovém klubu. První místo zaujímá jednoznačně časová náročnost cheerleadingu. Pro kvalitní fungování sportovního soutěžního týmu je ale nastavení pravidelných tréninkových jednotek v dostačující časové dotaci naprosto zásadní. Jedná se o pravidla, k jejichž ctění se sportovec zavazuje již při příchodu do klubu. KŘÍŽKOVÁ (2006: Metodický portál: Články [online].) v odborném článku popisuje nezbytnost vyvozování a utváření pravidel prostřednictvím osobní zkušenosti dítěte. K té dochází ve chvíli, kdy dojde ke střetu chování dítěte se sociálním hodnocením dospělých. Ve vztahu trenér a svěřenec se toto stává při neomluvené absenci na tréninku, ale i při běžné tréninkové jednotce, pokud sportovec nedodrží pokyny trenéra nebo nedává pozor. Co se týče nastavení pravidel a časové náročnosti, bude nás zajímat převážně oblast docházky na předem stanovené tréninky. Do určitého momentu jsou s takovými pravidly sportovci v souladu, v případě, kdy se jim začne zvyšovat potřeba času na jiné aktivity, začíná být toto původní nastavení problém. Většinou se toto pojí s přechodem na střední nebo vysokou školu, mladiství potřebují více času na dojíždění do školy a studijní přípravu. Adolescent se zde často dostává do situace, kde musí volit mezi sportovní kariérou a orientací na studium. V tomto případě mají na rozhodování vliv osobnost jedince a vzorce chování, které přejímá výchovou od svých rodičů. SEKOT (2019: 45-64) k tomuto uvádí, že pokud rodiče kladou svými výchovnými metodami důraz na hodnotu výkonu zaměřeného na učení, radost z výsledků a zacílení ke zvládnutí úkolů a vítězství, tak s větší pravděpodobností bude dítě směřovat ke sportovně-pohybovým aktivitám. Rodiče mohou vytvářet úrodné motivační pole pro sportovní aktivity dítěte, a to kladením důrazu na zvládnutí úkolů a výzev, činí tak vědomě i nevědomě. Rodiče a jejich výchova tedy mohou být podstatnými činiteli i při rozhodování o udržení sportovní aktivity v adolescentním věku. Důvodem souvisejícím s časovou náročností jsou také studijní nebo pracovní povinnosti a osamostatnění se. Tyto důvody se opět pojí s již výše uvedeným, a to je nárůst potřeby času pro aktivity související s výkonem povolání, péče o domácnost nebo studium na úkor času pro zájmovou činnost.

Dalším, několikrát zmiňovaným důvodem odchodu aktivních sportovců z cheerleadingového týmu je koronavirus a restrikce související s celosvětovou pandemií. Ve světě cheerleadingu covidová pandemie znamenala téměř dvouletý výpadek soutěží a ve většině zemí i kontaktních tréninků. „*Soutěže se stávají vyvrcholením tréninkového procesu, prověřují v nich dovednosti a činnosti, které se děti učily a rozvíjely. ... Cílem každého závodníka (a dětí především) je vítězství v utkání.*“ (PERIČ 2004: 116). V době pandemie šla soutěžní podstata tohoto sportu stranou, pokud bylo povoleno trénovat, chyběla sportovcům vidina toho, proč trénovat. Mnoho sportovců tak ztratilo motivaci a po skončení restrikcí se jim nepodařilo navázat na stav před pandemií. Jejich odchod byl vyvrcholením dlouhodobější nečinnosti. Jak jsem již uvedla v kapitole 1.3, dospívající se snaží identifikovat s vrstevnickou skupinou, s tímto jevem souvisí další důvod odchodu, který výzkum zjistil, tím je odchod blízkých přátel. Podle VÁGNEROVÉ (2005: 324) slouží sdílení stejných zážitků a hodnot jako potvrzení příslušnosti k věkově vymezené skupině, k potvrzení sociální identity. Pokud je tedy adolescent členem jiné vrstevnické skupiny, mimo komunitu cheerleadingovou, může být jeho odchod z týmu také jen přirozeným vyvrcholením proměny osobnosti a přehodnocení priorit. Dospívající začne preferovat jinou skupinu přátel, jiný způsob trávení svého volného času. Důvodů k odchodu se ve výzkumu sešla celá řada, ty výše uvedené byly dominantní, z dalších, doplňkových, uvedu už jen příklady: tlak soutěžního odvětví, absence pokroku, stres.

Kromě zjištění důvodů odchodu sportovců z cheerleadingového klubu jsem si jako cíl výzkumu určila vytvořit model situace, kdy adolescent začne o odchodu uvažovat. To by mělo pomoci trenérům cheerleadingových týmů těmto situacím předcházet, případně na ně být připraveni. V ideálním případě by mohli trenéři společně se sportovci najít určitý kompromis, který by vyhovoval všem. Tvorba tohoto modelu je blíže popsána v kapitole 5.3 této práce. Snažila jsem se model vytvořit tak, aby pojmul příběhy všech účastníků výzkumu. V modelu hraje nejdůležitější roli zásadní impuls, pod tento pojem spadají: životní změna (studium, zaměstnání, osamostatnění se), odchod blízkých přátel, covidová pandemie. Z tohoto výčtu může trenér částečně ovlivnit pouze druhý bod, další přichází ve spojitosti s věkem sportovce přirozeně a v případě koronaviru náhodou. Pokud se ale podíváme na další impulsy, většina z nich spadá do kategorie povahy cheerleadingu a s tou už může trenér pracovat. Nejčastěji zmiňovaným důvodem, jak už jsem popsala dříve, byla totiž časová náročnost tohoto sportovního odvětví.

Formulovaná teorie říká, že se životní změnou se zvyšuje potřeba času pro zajištění domácnosti, přípravy na studium nebo výkon povolání na úkor času stráveného na tréninku. Proto by bylo více než žádoucím řešením sportovcům nabídnout méně časté tréninky alespoň na nějaké přechodné období. Případnou úlevou z počtu tréninků nebo nastavením jakési formy individuálního plánu může trenér sportovci vyjít vstříc.

Sport má v období dospívání značný význam. Sportovci mají díky němu možnost být v kontaktu s vrstevníky. Sport rozvíjí sociální vztahy, jedinci se učí kooperovat, ale i zdravě soutěžit. Sportovní aktivity umožňují sociálně ceněné vybití energie, rozvíjí sebekontrolu jedince. Sportovní výkon je důležitý, později se může stát i významnou součástí identity adolescenta, proto si myslím, že je žádoucí hledat kompromisy a dospívající sportovce u sportu udržet.

Závěr

Cílem této diplomové práce bylo zjistit, jaké jsou důvody odchodu aktivních adolescentních členů z cheerleadingového klubu a vytvořit model situace, ve které dospívající začíná o odchodu uvažovat. V teoretickém bloku byla přiblížena problematika dospívání a vývojových změn v oblasti fyzické, psychické i sociální, dále byla blíže popsána motivace vnitřní, vnější a motivace ve sportu, a nakonec byl poskytnut základní přehled o cheerleadingu, soutěžních kategoriích a tvorbě soutěžní choreografie.

Ve výzkumné části jsem se nejprve zaměřila na popis výzkumné metody, poté jsem se podrobněji věnovala způsobu sběru dat, průběhu rozhovorů, jejich záznamu a v neposlední řadě analýze získaných dat. Analýzu dat jsem prováděla kódováním, při kódování prvních rozhovorů jsem zjistila některé nedostatky, a proto jsem se rozhodla, že oslovím účastníky výzkumu znovu. V navazujících rozhovorech participanti detailněji rozebrali svůj odchod z týmu a přesněji popsali rozhodovací proces. Díky tomu jsem byla schopna lépe rozklíčovat kategorie určující pro konečné rozhodnutí. Výzkumu se účastnilo celkem sedm adolescentů, kteří působili v různých týmech v České republice, někteří mají i reprezentační zkušenost.

Z analýzy rozhovorů vplynuly základní důvody, které jsou stěžejní pro odchod dospívajícího sportovce z cheerleadingového týmu. Nejčastěji vzpomínaným je časová náročnost cheerleadingu, dále se jedná o covidovou pandemii, odchod blízkých přátel, studijní povinnosti, pracovní povinnosti, absenci pokroku, nadšení a dále důvody související se soutěžní povahou cheerleadingu, jako jsou zodpovědnost, stres, tlak soutěžního odvětví, učení choreografie nebo fyzická náročnost. Těmto důvodům připisují jednotliví účastníci výzkumu různou váhu. Z výzkumu vplynulo, že nikdy se nejedná pouze o jeden faktor. Žádný z výše uvedených důvodů není sám o sobě tak zásadní, aby donutil adolescentního sportovce ukončit činnost v cheerleadingovém klubu.

Výzkumné šetření odhalilo, že k uvažování o odchodu ze soutěžního týmu se nejčastěji uchyluje adolescent, který se nachází v důležitém bodě svého života, nazvaným jako životní změna. Touto životní změnou rozumíme přechod na jinou školu, nástup do zaměstnání nebo osamostatnění se. Výsledkem změny životní fáze je úbytek času na volnočasovou aktivitu, jakou cheerleading bezpochyby pro všechny participanty výzkumu byl. Vzhledem ke značné časové náročnosti, ať už toto hodnotíme objektivně

podle počtu tréninkových hodin v jednom týdnu nebo podle subjektivního vyjádření účastníků výzkumu, je to právě cheerleading, který zabírá nejvíc času potřebného na jiné činnosti. Se životní změnou tedy stoupá potřeba času na péči o domácnost, přípravu na studium nebo výkon povolání a tato potřeba koliduje s nároky cheerleadingových týmů na docházku. Z výsledků dále plyne, že všichni participanti prošli procesem rozhodování, který odpovídal teorii srovnání benefitů a těžkostí souvisejících s přetrvávající činností v soutěžním týmu cheerleadingu. Dalším zjištěním realizovaného výzkumu bylo, že nezanedbatelnou roli v odchodech dospívajících z tohoto sportovního odvětví, hrála covidová pandemie. Záměrně se snažím tento vliv trochu oddělit od ostatních, protože dle mého názoru výsledky trochu zkresluje. Věřím tomu, že u mnoha členů by (nebýt covidu a restrikcí) k ukončení sportovní činnosti nedošlo. Bohužel žijeme v době, kde se covidová pandemie projevila, a tak ji nelze při hodnocení výzkumu vynechat. Dále jsem při analýze vytvořila model situace, která vede adolescenta k rozhodovacímu procesu. Vypadá tak, že jedinec dostane jeden zásadní impuls, kterým je nejčastěji určitá životní změna a alespoň jeden impuls vedlejší a započne proces rozhodování.

Vytvořený model situace, ve které se adolescent začíná rozhodovat o odchodu z cheerleadingového klubu by mohl být nápomocen trenérům cheerleadingu v ČR. Tento model by měl upozornit na situace, ve kterých dospívající uvažují o tom, že sportovní tým opustí a umožnit trenérům se na tyto body v životech svých svěřenců více soustředit. Kombinace s vedlejšími impulsy by pak trenérům mohla lépe vykreslit možnosti hledání kompromisu pro ně a sportovce, pokud se obě strany dohodnou, že by chtěly v aktivní činnosti pokračovat.

Je bezpochyby jasné, že jak v procesu rozhodování, tak při životních změnách, které jsou prvními impulsy pro úvahy o odchod, má svou roli i osobnost daného sportovce, jeho výchova, předávané hodnoty a tlak a názor rodičů. Do budoucna by bylo zajímavé výzkum o některé tyto faktory rozšířit. Případně nyní, když už je částečně z čeho vycházet, by se dal podobný výzkum realizovat formou případové studie. Byla bych ráda, aby tato práce byla přínosem nejen pro trenéry cheerleadingu, ale pro všechny osoby na poli sportu, které s adolescenty pracují.

Seznam použitých zdrojů

Tištěné dokumenty

BLATNÝ, M., 2010. *Psychologie osobnosti: hlavní témata, současné přístupy*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-3434-7.

CAKIRPALOGLU, P., 2012. *Úvod do psychologie osobnosti*. Praha: Grada, Psyché. ISBN 978-80-247-4033-1

HAGEMANN, G., 1995. *Motivace*. Praha: Victoria Publishing. ISBN 80-85865-13-0.

HÁJEK, B.; HOFBAUER, B.; PÁVKOVÁ, J., 2008. *Pedagogické ovlivňování volného času*. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-473-1.

HOŠEK, V., 1986. *Motivace sportovního tréninku*. Praha: Univerzita Karlova.

JANSA, P., 2012. *Pedagogika sportu*. Praha: Karolinum. ISBN 978-80-246-2026-8.

LANGMEIER, J., D. KREJČÍŘOVÁ a M. LANGMEIER, 2002. *Vývojová psychologie s úvodem do vývojové neurofyzologie*. 2. vyd. Praha: H&H. ISBN 80-7319-016-8.

LANGMEIER, J., KREJČÍŘOVÁ, D., 2006. *Vývojová psychologie*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-9085-5.

MACEK, P., 1999. *Adolescence*. Praha: Portál. ISBN 80-7178-348-X.

MARCUS, B. H.; FORSYTH, L. H., 2010. *Psychologie aktivního způsobu života: Motivace lidí k pohybovým aktivitám*. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-654-4.

NAKONEČNÝ, M. 1997. *Motivace lidského chování*. Praha: Academia. ISBN 80-200-0592-7.

NAKONEČNÝ, M., 2003. *Úvod do psychologie*. Praha: Academia. ISBN 80-200-0993-0.

PERIČ, T., 2004. *Sportovní příprava dětí*. Praha: Grada Publishing. ISBN 80-247-0683-0.

POLEDŇOVÁ, I., 2009. *Sebepojetí dětí a dospívajících v kontextu školy*. Brno: Masarykova univerzita. ISBN 978-80-210-5085-3.

PRŮCHA, J., 2005. *Moderní pedagogika*. 3., přeprac. a aktualiz. vyd. Praha: Portál. ISBN 80-7367-047-X.

PRŮCHA, J.; WALTEROVÁ, E.; MAREŠ, J., 2003. *Pedagogický slovník*. 4., aktualiz. vyd., Praha: Portál. ISBN 80-7178-772-8.

ŘÍČAN, P., 2010. *Psychologie osobnosti, obor v pohybu*. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-3133-9

SEKOT, A., 2015. *Pohybové aktivity pohledem sociologie*. Brno: Masarykova univerzita. ISBN 978-80-210-7918-2.

SEKOT, A., 2019. *Rodiče a sport dětí. rodičovské výchovné styly jako motivační faktor sportování dětí a mládeže*. Brno: Masarykova univerzita. ISBN 978-80-210-9292-1.

SEKOT, Aleš. Význam rodičovských výchovných stylů pro sportování dětí (Impact of Parenting Styles on Physical Activity of Children). *LIFELONG LEARNING-CELOŽIVOTNÍ VZDĚLÁVÁNÍ*. Mendelova univerzita v Brně, 2019, vol. 9, No 1, p. 45-64. ISSN 1804-526X.

SMĚKAL, V., 2002. *Pozvání do psychologie osobnosti: člověk v zrcadle vědomí a jednání*. Brno: Barrister & Principal. ISBN 80-85947-80-3.

STRAUSS, A.; CORBINOVÁ, J., 1999. *Základy kvalitativního výzkumu. Postupy a techniky metody zakotvené teorie*. Boskovice: Albert. ISBN 80-85834-60-X.

SVOBODA, B., 1999. *Stručná pedagogika sportu*. 2. vyd. Praha: Karolinum, ISBN 80-718-4842-5.

ŠVAŘÍČEK, R., ŠEĐOVÁ, K. a kol., 2007. *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-313-0.

VÁGNEROVÁ, M., 2005. *Vývojová psychologie I: dětství a dospívání*. Praha: Karolinum. ISBN 80-246-0956-8.

Elektronické dokumenty

ČESKÁ ASOCIACE CHEERLEADERS: *Pravidla bezpečnosti: ČACH 2022/2023* [online]. 2022. [cit. 2023-04-15]. Dostupné na WWW: <www.cach.cz/perch/resources/pravidla-bezpecnosti-cach-2022-23-ver-2022-10-10-1.pdf>.

ČESKÁ ASOCIACE CHEERLEADERS: *Věkové skupiny, výkonnostní levely a soutěžní kategorie* [online]. 2022. [cit. 2023-04-25]. Dostupné na WWW: <www.cach.cz/perch/resources/vekove-skupiny-a-levely-202223-a-202324-vekove-skupiny-202223-1.pdf>.

KŘÍŽKOVÁ, P. *Domlouváme se na pravidlech aneb Vytvoření souboru pravidel a dohod jako základního předpokladu úspěšné socializace dítěte*. Metodický portál: Články [online]. 2006, [cit. 2023-06-20]. Dostupné na WWW: <clanky.rvp.cz/clanek/c/P/530/domlouvame-se-na-pravidlech-aneb-vytvoreni-souboru-pravidel-a-dohod-jako-zakladniho-predpokladu-uspe.html>.

Webové stránky

ČESKÁ ASOCIACE CHEERLEADERS. *Cheerleading v ČR* [online]. [cit. 2023-04-22]. Dostupné na WWW: <www.cheerleadingjesport.cz/czechcheer.php>.

Příloha

Přepis rozhovorů s otevřeným kódováním

Rozhovor 1: Informant A, 19 let

I. A: Takže vlastně, já jsem předtím, než jsem byla v devítce... Nebo tak mě jako bavilo si doma dělat gymnastiku a tak, nedělala jsem nic převratného, třeba most ze stoje a hvězdu, ale hodně mě to bavilo, a právě jsem byla taková, že by mě bavilo se tomu věnovat. Tak jsem na internetu hledala, jestli bych nemohla chodit ještě někam na gymnastiku, i když už jsem teda byla velká, bylo mi 15 a při hledání jsem narazila na cheer. Koukala jsem na webu na fotky a videa a hodně se mi to začalo líbit, tak jsem se tam v té deváté třídě přihlásila. Bydlím kousek od města, kde tým působí, tak jsem to měla blízko a potom jsem tam začala chodit. Dostala jsem na vybranou, jestli bych mohla jít do juniorek nebo do seniorek, ale já jsem v té době ještě dělala florbal, takže mi víc vyhovovaly tréninky seniorek. A tím, že jsem tam šla sama za sebe a nikoho jsem neznala, tak mi bylo jedno, kam půjdu. Musím říct, že jsem z toho byla hrozně nadšená, cheer mě hrozně uchvátil a hrozně mě to bavilo, úplně všechno. Nebylo to tak, že by mě bavila třeba jenom akroba, ale i stunty, skoky, skládání choreografie a tak. I když teď třeba jsem se dívala na video z toho mého prvního roku v cheeru, tak jsem se celkem smála tomu, co jsem dělala v té sestavě. → **PŘÍCHOD**

V: Hele, každé nějak začínal, to tak musí bejt. Pak se má člověk aspoň k čemu vracet.

I. A: Jo a říkala jsem si aspoň, že to je fakt, že je tam vidět progres nějaký. Takže to by bylo asi jak jsem se dostala k cheeru, tak jako přes tu gymnastiku. → **PŘÍCHOD** Pak jsem teda cheerovala ještě přes celou střední. → **DÉLKA TRVÁNÍ** Jeden rok jsem byla i v národ'áku, ale to byl ten rok, kdy byla korona potom, takže jsme nakonec nikam nejeli, tak to byla škoda, to mě fakt mrzelo. → **ÚČAST V NÁRODNÍM TÝMU**

V: Jo takže ty jsi vychytala ten rok, co jsi měla letět na Worlds, ale nakonec se to utlo a nikam se neletělo.

I. A: Jo, takže z toho jsem byla hodně zklamaná teda potom a musím říct, že to byl asi největší důvod, proč mě štvalo, že byla korona. Tak to byla škoda. Musím říct, že ten národ'ák беру i tak jako velkou zkušenost, protože si myslím, že jsem se tam fakt hodně posunula v té době. A i to byl rok, kdy jsem začala skákat flika a tím, že jsem ho měla

v tý národ'ácký sestavě, tak jsem cítila, že je na mě větší tlak ho mít fakt dobrej, tak si myslím, že v tom jsem se pak sama snažila zlepšit, aby tam byl dobrej v té sestavě. Takže to беру fakt pozitivně, jako dobrou zkušenost, akorát teda škoda, že to nevyšlo. → **VLIV NÁRODNÍHO TÝMU**

V: A pak už jsi nepokračovala na takovou tu virtuální sezonu jen přes léto?

I. A: Ne, to už ne, protože oni tam ty tréninky byly přes ty prázdniny, tak jsem si říkala, že by to bylo přes různé akce, na který přes prázdniny jezdím, tak jsem byla taková, že se té virtuální verzi nechci věnovat. A pak jsem přemýšlela ještě ten další rok, že bych šla, jako ten minulej, do toho coedu, ale nakonec jsem nešla. No tak, nevádí. → **KONEC V NÁRODNÍM TÝMU**

V: A nešla jsi z časovejch důvodů?

I. A: No, já si myslím, že to možná bylo i kvůli tomu, že to byl coed. Možná, kdyby byl allgirl, tak bych jako šla. → **KONEC V NÁRODNÍM TÝMU**

V: A ty seš holčičí base?

I. A: Jojo.

V: Chápu.

I. A: Rozhodně si myslím, že by to taky byla super zkušenost, ale byla jsem taková, že bych radší...

V: Holky. → **PREFERENCE ALLGIRLU**

I. A: Ano ano, přesně tak.

V: A vy jste v týmu měli normálně jenom allgirl nebo i coed?

I. A: No, my jsme měli i coed, ale měli jsme jenom 2 kluky v tý seniorce, takže to bylo jako že jsme dělali spíš allgirl věci a oni tam měli v tý sestavě nějaký partneriny a tak. → **STAV DOMÁCÍHO TÝMU**

V: Víceméně allgirl prostě.

I. A: Jojo, přesně tak. Ale já jsem s nima ani nestavěla nikdy, takže jsem to nějak nevychytala. Vlastně předloňský rok jsem začala ještě trénovat, to jsem dělala asistentku

trenéra u kategorie Mini level 1, ale to byl ten korona rok, že to bylo zavřený, takže jsme měli spíš online tréninky. → **TRENÉRSKÁ ZKUŠENOST**

V: Skvělá zkušenost.

I. A: No, jako taky zkušenost, ale taková jiná. A pak vlastně od loňského roku jsem byla jako hlavní trenér u Mini level 1 a to už jsme teda jezdili na soutěže, dělala jsem sestavu, a tak to bylo super. To mě fakt bavilo nebo baví pořád. → **TRENÉRSKÁ ZKUŠENOST**
No a vlastně vloni jsem byla ještě normálně v týmovce a ono to bylo tak, že hodně holek, co bylo v seniorce vloni, tak letos právě odcházelo z různých důvodů. Třeba z časových nebo že už začaly pracovat, takový jako různé věci a z toho našeho starýho týmu odcházelo fakt hodně holek, že třeba polovina. → **ODCHOD BLÍZKÝCH PŘÁTEL**
Ale ono dorostlo hodně těch mladších holek z juniorek, takže to není tak, že bychom teď neměli seniorku. → **GENERAČNÍ OBMĚNA V TÝMU**

V: Jasně, prostě se to vystříдалo, nějaká generační obměna.

I. A: No právě. A já jsem byla taková, že jsem hodně přemýšlela přes celý prázdniny, jestli jako třeba taky nemám skončit, protože jsem cítila, že ty holky, se kterými se tam nejvíc bavím, tak budou odcházet. Ale nebylo by to tak, že by tam nezůstávaly holky, se kterými se bavím, ale jakože nebyly to holky, se kterými jsem si zas tak blízko. → **ODCHOD BLÍZKÝCH PŘÁTEL**

V: Jasně, takový to zdravý jádro, se kterým ses bavila, končilo.

I. A: Jojo, přesně tak, tak ty právě odcházely. Tak jsem o tom celý ty prázdniny přemýšlela, a ještě taky totiž navíc, já jsem od tohohle roku začala studovat ještě jednu vysokou školu, tak jsem přemýšlela, jestli by to šlo. → **STUDIJNÍ POVINNOSTI** Jestli toho už nebudu mít hodně nebo tak, ale zas na druhou stranu, vloni jsem místo vejšky zase chodila na brigádu 3x týdně, tak jsem si říkala, že to budu mít místo té brigády, že by to nemuselo být o tolik horší z těch časových důvodů. → **ČASOVÁ DOTACE** Tak jsem prostě nad tím hodně přemýšlela a teď ty prázdniny jsem na to měla každý týden jiný názor. Jeden jsem si říkala, že určitě budu pokračovat, pak jsem si říkala, že zase asi ne, tak jsem pořád nebyla rozhodnutá, ale nakonec jsem se teda rozhodla – nevím, jestli úplně skončím nebo si dám třeba pauzu. → **ROZHODOVACÍ DILEMA** Ale říkala jsem si, že jak měla začínat ta sezona, tak už jsem byla taková, ne že bych se na ty tréninky netěšila, ale že už to prostě nebylo takový jako dřív. Vždycky jsem se o těch prázdninách

hrozně těšila, až to začne, ale teďka jsem byla taková, že už jsem se tolik netěšila, tak jsem se nakonec rozhodla, že teda jako skončím a uvidím, jak to bude. Jestli mi to bude tak chybět, že se budu chtít vrátit anebo prostě ne no. → **ABSENCE RADOSTI, NADŠENÍ**

V: Takže jsi zatím někde na bodu PAUZA a uvidíš, co bude dál.

I. A: Uvidím no. Ale jako s tím trénováním pořád pokračuju, to jako jo. Nebo jakože není to tak, že bych z toho úplně vypadla. → **SOUČASNÝ STAV**

V: Jasně, takže chodíš pořád mezi ty lidi a trénuješ teda ty Miniska?

I. A: Jojo, miniska.

V: A to tě baví?

I. A: Jo, já mám hlavně ráda tu věkovku, jakože ten první stupeň, že právě studuju pajdák na první stupeň. → **TRENÉRSKÁ ZKUŠENOST**

V: Takže ještě takhle to máš spojený.

I. A: Jojo, je to fakt dobrý, že mám ty malý děcka ráda. Je s nima teda hodně práce, ale stojí to za to. → **TRENÉRSKÁ ZKUŠENOST**

V: Ale čím víc je vyplááš, tím jednodušší to potom budou mít až budou větší a tím jednodušší to potom s nima budou mít další trenéři. Ještě kdybys měla vypíchnout nějaký úspěchy, cos měla s cheerem? Ten národ'ák, to je asi jasný.

I. A: Jo, tak ten a potom, přemýšlím... Jeden rok jsme byli druhý na mistráku a pak třeba vloni jsme byli první na Prague cheer open, pak třeba na United cupu a tak. → **ÚSPĚCHY**

V: Takže placky jste sbírali krásně.

I. A: No né vždycky, to zas ne.

V: Každý den nemůže bejt posvícení. Musíme bejt všichni trošku skromný. No a kdybys měla říct, víc to bylo o tom sportovním výkonu nebo třeba spíš o těch lidech? Že jsi tam měla jako fakt komunitu těch holek, se kterýma ses bavila a kvůli nim jsi tam chodila nebo to bylo tak nějak propojený?

I. A: No já bych řekla, že ze začátku to pro mě bylo o tom sportovním výkonu. Tím, že jsem šla někam, kde jsem nikoho neznala, tak jsem byla ze začátku i hodně ambiciózní

a že jsem zkoušela i ten národ'ák. → **ORIENTACE NA VÝKON** Ale potom si myslím, že už tak jako – nevím třeba, jestli to bylo trochu i tou korunou, že tak jako jsem cítila, že v tom nemám už zas tak velký ambice. Že to pro mě bylo hodně i o těch lidech najednou. Prostě jsme se tam pak i víc bavili a tak. → **ORIENTACE NA PŘÁTELE**

V: Dokázala bys mi víc popsat, jak probíhalo rozhodování, jestli skončit nebo pokračovat?

I. A: Popíšu určitě, ale klidně se mě kdyžtak ptej, protože nevím, co přesně tě zajímá, takže se neboj ptát. Takže když bych teda začala tím rozhodovacím procesem nebo asi kdy mě to tak poprvé napadlo, tak už vlastně na konci té minulé sezóny jsem byla taková nalomená, protože toho na mě bylo fakt hodně tu sezónu. → **PŘETÍŽENÍ** Měla jsem vlastně dvakrát týdně trénink jako s mým seniorským týmem, kde jsem cvičila a pak dvakrát týdně trénink s holkama, který jsem trénovala, což byl vlastně Team cheer mini level 1 a plus do toho jako různý ještě soustředění k tomu, víkendový a takový věci. → **ČASOVÁ NÁROČNOST**

A vlastně s tím vším, co jsem ještě dělala, chodila jsem na brigádu, do školy a tak, → **PRACOVNÍ POVINNOSTI, STUDIJNÍ POVINNOSTI** tak fakt už prostě asi jsem toho měla fakt hodně a byla jsem taková obecně z toho unavená a už jsem se i hodně těšila skrz to třeba na prázdniny, že si konečně odpočinu → **ÚNAVA** a už to bylo prostě takový, jak toho bylo moc, tak to člověku nepřinášelo tolik radosti jako předtím a prostě, no hlavně asi taková nějaká únava. → **ABSENCE RADOSTI**

Takže potom vlastně na konci roku jsem byla už vlastně trochu ráda, že ta soutěžní sezona skončila, že si člověk jako trochu vydechnul, měl najednou víc času na sebe, na kamarády a na různý jiný věci a pak vlastně... → **ÚLEVA Z KONCE SEZONY** Takže to byl takovej jako první bod, kterej mě vedl k tomu, že jsem o tom začla víc přemýšlet. Že prostě najednou jsem si jak kdyby trochu oddechla, když už byl konec té soutěžní sezony.

A pak vlastně velkou roli hrálo to, že vlastně tady tuto sezonu, to je první sezona, kterou aktivně necheeruju, tak se měl přidávat seniorskému týmu jeden trénink navíc, to znamená, že bysme trénovali třikrát týdně, dvakrát týdně týmovej trénink a jedenkrát týdně akrobacie nebo kondice, podle toho, co si člověk zvolil. → **PŘIDÁNÍ TRÉNINKU** A já jsem tak nějak cítila, že, nebyla jsem si jistá, jestli to je prostě něco, co bych jako mohla tak nějak zvládnout natolik, aby prostě mi to přinášelo stejnou radost jako předtím nebo byla jsem z toho taková ne úplně nadšená nebo nevím, jak to mám říct. → **POCIT**

POVINNOSTI Takže to byl jeden takovej bod, kterej mě taky jako zavál do tý fáze rozhodování, jestli už jako neskončit.

A další bylo taky to, že vlastně hodně lidí z toho našeho seniorského týmu z minulýho roku, tak odcházelo a hodně z těch lidí bylo takových lidí, s kterýma jsem se bavila nejvíc. Čímž jako nechci říct, že teďka by tam byli lidi, s kterýma se jako nebavím nebo něco. Fakt jsou tam jako super holky, ale prostě to taky jako hrálo velkou roli, že ty jako asi mně nejbližší holky, tak že taky končily. → **ODCHOD BLÍZKÝCH PŘÁTEL**

Takže ty prázdniny pro mě byly takovej jeden velkej kolotoč plnej rozhodování a musím říct, že to fakt bylo takový, že každěj týden jsem na to jako měla jinej názor. → **DLOUHÉ ROZHODOVÁNÍ** Že jeden týden jsem byla odhodlaná, že jako budu pokračovat, že prostě do toho dám všechno, že nevím, že třeba jako omezím nějaký ty jiný věci a tak. Ale pak zase další týden jsem byla taková, že jako už prostě jsem viděla sebe na konci toho roku, kdy už jsem na ty tréninky chodila jako taková spíš, nechci říct otrávená, ale prostě už jsem se na ně tolik netěšila a takže ty prázdniny byly fakt jako na houpačce, takže co týden, tak to jinej názor a hodně jsem nad tím přemýšlela. → **ROZHODOVACÍ DILEMA**

No prostě jsem nad tím hodně přemýšlela a věděla jsem, že by mě to jako asi mrzelo, kdybych skončila, → **STESK** ale zároveň prostě už jsem v sobě necítila takovýho toho extra soutěžního ducha, kdy to chci prostě hrozně hrotit a trénovat třikrát týdně a tak. → **TLAK SOUTĚŽNÍHO ODVĚTVÍ** Že jsem cítila, že bych jako ocenila něco víc volnějšiho, což jako ehm, tam prostě taková možnost jako nebyla.

Takže tak, prostě jsem se pořád tak rozhodovala a každěj týden jsem byla nakloněná na jinou stranu, a nakonec jsem dospěla k závěru, že asi by bylo lepší si vzít pauzu, → **FINÁLNÍ ROZHODNUTÍ** protože já mám cheer fakt ráda a prostě bych nechtěla, aby se mi to třeba znechutilo tím, že prostě budu jenom cheerovat a nebudu moct kvůli tomu dělat jiný věci, → **PŘEDEJITÍ VYHOŘENÍ** takže jsem si říkala, že si prostě to pustím nebo že prostě přestanu s tou seniorkou. Otázka je teda, jestli na rok nebo jestli se vrátím, to je ještě ve hvězdách. A věděla jsem, že mě to jako bude mrzet, že na jednu stranu prostě z toho budu smutná, → **STESK** ale na druhou stranu jsem pořád věděla, že budu jako trenérka, že budu trénovat ty malý holky. Takže to bude takový, že z toho cheeru jak kdyby neodejdu úplně, ale pořád tak nějak i takhle... → **UDRŽENÍ KONTAKTU S KOMUNITOU**

Vlastně už je skoro sezona u konce bych mohla říct a vlastně tak nějak pořád cítím, že jsem hrozně ráda za to, že pořád trénuju ty holky. Je to takový, že se necítím, že bych z toho cheeru odešla, protože se pořád potkávám s těma lidma, s těma ostatníma trenérkama, na soutěžích, na nějakých třeba školeních, na trenérských poradách se potkáváme, v tělocvičně se střídám s ostatníma holkama. → **KONTAKT S KOMUNITOU** Takže to je super, že pořád se vídám s nima a pořád tak nějak se v tom aktivně jako pohybuju, pomáhám a tak, takže se necítím, jak kdybych prostě úplně odešla. Myslím si, že tohle pro mě hraje jako velkej faktor, že, no že prostě jsem pořád jako součást týmu, i když ne jako aktivní sportovec a takže tak no. → **SOUČÁST TÝMU**

Rozhovor 2: Informant B, 16 let

I. B: S cheerem jsem začala v roce 2018, když mi bylo 12 let a chtěla jsem zkusit nějaký nový sport a vlastně narazila jsem na něho úplně jako random, že fakt na internetu jsem viděla nějakou reklamu, tak jsem si řekla, že to zkusím, protože se mně to fakt hrozně líbilo. Tak jsem teda nastoupila a byl to první sport, kterej mně fakt jako šel a bavil mě a posouvala jsem se fakt hrozně rychle. Našla jsem si tam kamarády, že jo a fakt mě to bavilo. → **PŘÍCHOD** Jenže pak začal covid a tréninky teda byly online, což jsme jen cvičili. A to mě teda moc nebavilo, ale byl to vlastně jedinej sport, kterej jsem dělala, tak jsem nechtěla končit. → **ONLINE TRÉNINKY (COVID)** Tak jsem to nějak vydržela a pak začly znova tréninky a bylo to takový jako jiný, že fakt už mě to moc nebavilo a nebavilo mě to jako takovým způsobem, že ono se to vlastně stupňovalo, že mě to bavilo čím dál tím míň. Každým tréninkem to bylo horší. Tak to byl vlastně jeden důvod, proč jsem chtěla skončit. → **VLIV COVIDOVÉ PAUZY** A pak další důvod byl ten, že jsem se dostala na sportovní školu a chtěla jsem se věnovat fakt na 100 % tý škole, tak jsem si řekla, že skončím. → **STUDIJNÍ POVINNOSTI**

V: Jasně.

I. B: No ale to byla chyba podle mě.

V: Jo?

I. B: Jo, protože pak začalo celkem takový špatný období, protože jsem se chtěla zaměřit na tu školu, ale pak jsem měla hrozný stresy. → **VLIV ODCHODU**

V: Jako kvůli škole, kvůli výsledkům?

I. B: No podle mě spíš skrz to, že jsem skončila ten cheer, ale mě to v té době nenapadlo. Ale tak měla jsem stresy, přibrala jsem a zhoršila jsem se v té škole, na kterou jsem se chtěla zaměřit, → **PREFERENCE STUDIA** ale to nějak nevyšlo a přestala jsem se hlavně bavit s těma lidma, s těma kamarádama, co jsem si našla v tom cheeru. No a já jsem nevěděla, že to bylo tím, že jsem přestala dělat cheer, tak jsem jako čekala, čekala jsem, že se to třeba zlepší. A pak jsem si teda našla jednu novou kamarádku, se kterou jsem se po čase pohádala, takže to bylo ještě horší období, protože to byla fakt jako kamarádka, se kterou jsem si říkala úplně všechno a pak už jsem vlastně neměla jakoby nikoho. → **DŮVOD NÁVRATU** Takže to byl ten moment, kdy jsem si řekla, že se vrátím zpátky k cheeru. A to vlastně trvalo skoro rok. To, jak jsem skončila s cheerem, jak jsem si udělala jakoby tu pauzu, tak to bylo rok zhruba.

V: A ty jsi teda místo cheeru dala do popředí školu, že se budeš věnovat škole a žádnýj jinej koníček nebo sport sis nenašla?

I. B: No právě, já jsem na policejní a mám tam judo a karate, tak jsem se chtěla věnovat tomu judu a karate. → **NÁHRADNÍ AKTIVITA**

V: Chápu a cos třeba dělala místo tréninků, jako v čase tréninků?

I. B: Právě, že nic, a to byl ten problém. Já jsem si myslela, že budu mít víc času na tu školu, že se fakt jako budu učit, ale já jsem se k tomu nikdy nedokopala. → **NÁHRADNÍ AKTIVITA**

V: Takže taková ta klasická prokrastinace, jo? Telefon do ruky...

I. B: No přesně. Ale to byl přesně ten moment, kdy jsem si řekla, že zkusím teda ten cheer znova. Ale já jsem se hrozně dlouho odhodlávala teda napsat trenérce, že bych se chtěla vrátit, protože jsem se bála, že mě třeba nevezmou. Kvůli tomu, že by si mysleli, že se na to zase vykašlu nebo že mě třeba nevezmou do toho stejného týmu, kde jsem měla kamarády. Ale tak napsala jsem a naštěstí mě teda vzali a ... → **OBAVY Z NÁVRATU**

V: A seš teda zpátky mezi těma samýma lidma, od kterých jsi odešla?

I. B: Jo.

V: Nezměnila se ti věková kategorie?

I. B: Teďka jsem seniorka a začínala jsem jako juniorka.

No, a to bylo podle mě jako moje nejlepší rozhodnutí, vlastně to vrácení do toho cheeru. Tím, že jsem skončila a pohádala jsem se ještě s tou kamarádkou a začala jsem dělat ten cheer. Tak to bylo takový, že třeba teďka už bych podle mě neskončila, prostě už nechci končit, že fakt ten sport mě teďka baví a jako miluju to. Všechny ty stresy hlavně spadly a začalo mi to jít i ve škole, že ty výsledky ve škole mně přijdou teďka jako, měla jsem lepší známky. Přitom mám méně času na tu školu, ale prostě mám lepší známky a myslím si, že to je tím cheerem. → **VLIV NÁVRATU**

V: Zvláštní, a ty jsi říkala, že tě to po tom covidu na tréninku bavilo čím dál tím méně, změnilo se tam něco? Třeba, že ty tréninky vypadaly jinak než před covidem?

I. B: No, podle mě to bylo mnou. Všechno bylo stejný furt, ale nějak mě to přestalo bavit. → **ABSENCE RADOSTI, NADŠENÍ A** vlastně chci teďka tenhle rok zkusit i národ'ák.

V: Bezva, tak to budu držet palce!

Rozhovor 3: Informant C, 17 let

I. C: No jak jsem se dostala k cheeru, to už si moc nepamatuju, to už je docela dávno.

V: To už je pár let, vid'.

I. C: To už je hodně let, to mi byly 4 a našli že našli někde na internetu nebo že někde viděli, že je takováhle skupina ve městě a že bychom to mohli zkusit. No tak jsme tam jeli, zkusili jsme to, vůbec jsme netušili o co jde, oni nám řekli, že to je tancování, takže jsme přišli na trénink ve cvičkách, ani jsme neměli botasky. No a tak jsme začly, já jsem přišla už na ten první trénink s kamarádkou. My jsme byly od malička spolu, co jsem se narodila, tak už nás mamky dávaly k sobě, takže jsme i tam šly spolu no. → **PŘÍCHOD**

V: A tak to ty jsi byla teprve asi v přípravce, když ti bylo takhle málo.

I. C: No, to my jsme nejezdili na soutěže vůbec. My jsme byli akorát na jedný, až asi dva roky potom.

V: Takže jsi byla ještě dlouho v peewee kategorii vid'.

I. C: Jo, asi až do roku 2016.

V: A pak teda od 2017 v juniorech?

I. C: No a pak těsně před covidem i v seniorech.

V: Teda, tak znamená, že jsi cheerovala kolik, 11, 12 let?

I. C: Dvanáct. → **DÉLKA TRVÁNÍ**

V: No a jak došlo k tomu konci?

I. C: Ke konci došlo tak, že už vlastně skoro všechny holky skončily, co tam se mnou byly od těch 4 let, maximálně 8 (let). → **ODCHOD BLÍZKÝCH PŘÁTEL**

V: Ta kamarádka vlastně odešla na konci osmičky (osmé třídy), že se bude soustředit na učení.

I. C: No, na přijímačky a potom vlastně postupně i všechny ostatní a pak já no. Protože vlastně jsem se tam pak už neměla pomalu s kým bavit, tak mě to tolik nenaplňovalo no. → **ODCHOD BLÍZKÝCH PŘÁTEL** Ještě jak mi to ani nějak moc nešlo, třeba ta akroba. Jako stunty dobrý, ale... → **POCIT NEDOSTATEČNÉHO VÝKONU**

V: To si nemyslim.

I. C: Vždyť jsem se za celejch 12 let nenaučila ani flicka. A to jsem měla problém s tím, že jsem měla jednu ruku víc protaženou než tu druhou, takže jsem se u toho točila na stranu. → **POCIT NEDOSTATEČNÉHO VÝKONU** A ještě vlastně na posledním soustředění si pamatuju, že místo toho, abychom se tam učily ty nový věci, ty flicky a takhle, tak vím, že jsme tam dělaly rondáty třeba nebo hvězdy. A nás to prostě štvalo, že se to prostě neučíme, když to umíme. → **ABSENCE POKROKU**

V: Že neděláte nic dalšího.

I. C: No, to si myslím, že kamarádka byla třeba i den na kotoulu.

V: A jak jste to prožívali doma?

I. C: Mamka jako říkala, že je to hrozná škoda a tátovi to bylo jedno. No a vlastně ještě před tím, než jsem skončila, tak byla korona, že jo, nic se nedělo. → **ONLINE TRÉNINKY**

V: Jak tě bavily online tréninky?

I. C: Moc ne. Jak kdy no.

V: Dá se říct, že ten konec byla kombinace toho, že odešly ty holky, že už jsi toho měla po těch 12 letech dost a že jsi neviděla nějaký posun?

I. C: No přesně, jsem si říkala, že když už jsem se to jako třeba nenaučila za ty tři roky, co jsem se to učila, tak že se to prostě už nenaučím, že to prostě už neudělám.

→ **ABSENCE POKROKU**

V: No a začala ses potom věnovat něčemu jinému místo cheeru nebo vůbec?

I. C: No začala jsem chodit do posilovny občas, ale teďka už jako moc nechodím, ale musím zase začít. → **NÁHRADNÍ AKTIVITA**

V: A sama nebo s nějakým trenérem?

I. C: No chodila jsem sama, občas jsme chodily s holkama a s mym bejvalym nejlepším kamarádem, to je teďka můj přítel, ale on hraje hokej, tak na to taky nemá moc čas. Akorát teď moje spolužačka skončila s volejbalem, tak možná budeme chodit spolu. Ale s kamarádkou jsme chtěly začít chodit na šály, ale nebyly jsme schopný se domluvit.

→ **ABSENCE NÁHRADNÍ AKTIVITY**

V: Škoda, to mohla být zajímavá zkušenost.

I. C: Ale ta flexibilita tam furt je.

V: Jo? Protahuješ se doma?

I. C: Jo protahuju. Říkám ty jo, musím se začít protahovat, furt to chci umět.

V: Dokázala bys mi víc popsat to, jak probíhalo rozhodování, jestli pokračovat nebo skončit?

I. C: Zvažovala jsem různé věci, co mi to přinášelo v tu dobu, spíš plusy a mínusy. Ty plusy byly to, že jsem se furt hejbal, měla jsem nějakou rutinu, → **RUTINA** neležela jsem doma, dělala jsem něco pro sebe, prostě jsem jako sportovala a ten sport byl zajímavější. → **PŘÍNOSY SPORTOVNÍ AKTIVITY**

Mínusy, že jsem se tam neměla už v podstatě s kým bavit, jak postupně odcházely ty holky → **ODCHOD BLÍZKÝCH PŘÁTEL** a jak už jsem ti říkala předtím, že tam nebyl posun. → **ABSENCE POKROKU** K tomu ta škola, že ve středu jsem v podstatě běžela hned ze školy na trénink, ani jsem to pomalu nestíhala → **ČASOVÁ NÁROČNOST** a byla jsem v prváku, nevěděla jsem pomalu, co tam dělám. A nevěděla jsem, co po mě

v tý škole chtějí, jak to bude dál, a tak a chtěla jsem bejt dobrá v tý škole kvůli sobě.

→ **STUDIJNÍ POVINNOSTI, PREFERENCE STUDIA**

Navíc jsem byla i v časovym presu, protože tréninky končily pozdě a já musela čekat do osmi na vlak, pak jsem domu dorazila nejdřív v půl 9 a musela jsem se ještě připravit do školy a pak třeba v zimě, když už byla tma a nikde nikdo nebyl a já čekala prostě hodinu na vlak, tak jsem se i bála. To se mnou ještě občas čekala kamarádka, tak to bylo dobrý, ale když neměla čas, tak prostě jsem tam byla ve tmě sama a teď okolo takový pochybný lidi. → **PROBLÉMY S DOJÍŽDĚNÍM**

A vlastně to, že skončím, bylo moje rozhodnutí. Rodiče nechtěli, abych skončila, já jsem chtěla mít dobrý známky ve škole. → **PREFERENCE STUDIA** A vlastně do toho zasáhnul i covid a když jsme půl roku měli tréninky přes mobil večer, tak to bylo taky na prd. → **VLIV COVIDU** Takže třeba kdyby ten covid nebyl, tak bych měla ten posun v akrobě větší, ale takhle to mě prostě nebavilo, přes ten mobil se skoro nic dělat nedalo. Možná, kdyby ty holky neodešly, tak bych tam zůstala dýl, ale třeba jen o něco, pak bych třeba stejně skončila kvůli škole, protože ještě s tím dojížděním to bylo fakt náročný. → **KOMBINACE PŘÍČIN**

A ještě do toho zasahoval můj bejvalej přítel, kterej nechtěl, abych tam chodila, protože viděl, jak jsem z toho hotová jako fyzicky a že mi to zabírá dost času, kdy bychom třeba mohli být spolu, → **NÁZOR PŘÍTELE** ale na toho jsem moc nedala, spíš jsem řešila svoje priority.

Ale poslední dobou zase uvažuju, že bych se třeba vrátila, protože se mi to pořád líbí, ale zase příští rok mám maturitu, a to by prostě nešlo dohromady. To by byla vražda.

Rozhovor 4: Informant D, 18 let

I. D: Tak jo, já jsem začala, když mi bylo asi tak 6 let, byla to docela náhoda. Tím, že jsem dřív dělala gymnastiku ve škole nebo něco takovýho a už mě to moc nebavilo, tak jsme s mamkou zkoušely najít něco jinýho a ona to viděla na internetu, něco jako roztleskávačky. Tak já jsem si nejdřív představovala nějaký ty holky s třásněma, který jako jenom tancujou a tak, tak se mi to nejdřív moc nelíbilo, ale říkaly jsme, že to vyzkoušíme. Tak jsem se šla podívat na první trénink, kde jsem viděla, že různě se tam vyhazujou do vzduchu, tak se mi to jako zalíbilo. Tak jsem to vyzkoušela, pak jsem asi

po půl roce si od toho dala pauzu. → **PŘÍCHOD** Už ani jako nevím moc důvod, jak jsem byla malá, jenom vím, že jsem si dala nějakou pauzu asi půlroční a pak jsme se ségrou nastoupily obě dvě znovu s tím, že jsem to pak dělala asi 8, 9 let, možná... no asi 10, protože tak do 16 jsem to dělala. → **DÉLKA TRVÁNÍ** No a bylo to úplně supr no, jakože mám na to jediné dobrý vzpomínky. Já jsem pak vlastně skončila jenom z důvodu, že to zabíralo hodně času, protože vlastně každé víkend bylo nějaký soustředění nebo soutěž, jezdilo se do zahraničí a tím, že u nás na střední jsem si úplně nemohla moc dovolovat třeba jako zameškat i přes týden a takhle. → **ČASOVÁ NÁROČNOST** Tak to potom bylo takový časově náročný, do toho jsme se s přítelem stěhovali spolu, takže jsem pak i měla trošku nějaký už jiný starosti ohledně toho, kde budu bydlet a tak. → **ŽIVOTNÍ ZMĚNA** Takže to byl jako takovej vlastně jedinej důvod, proč jsem skončila, ale jinak jako to bylo úplně super, strašně skvělý zážitky, hrozně skvělá parta lidí, kde si vlastně všichni rozuměj a tak.

V: Super a ještě, můžu se tě zeptat, ty jsi říkala o tom, že jako časová náročnost byla ten hlavní důvod, proč jsi skončila. Jak často jste měli tréninky v týdnu?

I. D: No my jsme měli třikrát jako týmovku, to jsme měli pondělí, středa, pátek a pak jsme do toho měli většinou i group. → **ČASOVÁ NÁROČNOST**

V: Ty jsi soutěžila i s týmovkou i s groupem?

I. D: Jo jo, jo, takže ještě jako tam byl jeden den vždycky navíc. No a pak byly soustředění, ty byly většinou o víkendu, ale už moc nevím, jak často to bylo.

V: No tak aby se nahodila sestava, že jo, tak pravděpodobně vždycky před nějakou soutěží, je mi to úplně jasný.

I. D: Jo, jo.

V: A ještě, můžu se tě zeptat, tobě je teď kolik?

I. D: 18.

V: A říkala jsi, že jsi skončila v 16, jo?

I. D: Jo, jo, jo, v 16. → **DÉLKA TRVÁNÍ**

V: A ještě jsi mluvila i o tom, že jsi se stěhovala s přítelem takhle na střední, ty už jako bydlíš sama, bez rodičů?

I. D: Jo, jo, jo, teďka asi půl roku. No tak to je vlastně dýl, ty jo už rok a něco to bude, už jsem se do toho zamotala. No tak nejdřív ještě jsem jako bydlela, než mi bylo 18 že jo tady s přítelem, ale jako rodiče to schvalovali. → **ŽIVOTNÍ ZMĚNA**

V: Super, no tak to klobouk dolu teda. Tak moc děkuju, ty jsi to pěkně shrnula. Nebyl tam ještě třeba ten problém, že by tě to přestalo bavit nebo tak?

I. D: Ne, to ne. To já i teďka, když třeba koukám na videa ze soutěží nebo něco, tak vždycky jako se mi po tom stýská, že bych se i vrátila. Celkově i jako ty soutěže, jak jsme jezdili do ciziny různě, Evropa a tak, tak prostě to bylo vždycky úplně super, vždycky úplně jiná atmosféra. → **VZPOMÍNKY**

V: Bottrop vid'.

I. D: No, bylo to skvělý.

V: Dokázala bys mi víc popsat to, jak probíhalo rozhodování, jestli pokračovat nebo skončit?

I. D: Když jsem přemýšlela nad odchodem z cheeru, bylo mi hrozně líto, protože jsem tam měla skupinu několika dlouholetých kamarádů a všechny jsem měla hrozně ráda. → **PŘÁTELSKÉ VZTAHY** V podstatě se všema trenéry a několika členy našeho týmu jsem vyrůstala od dětství. → **„DRUHÁ RODINA“** Jakou dobu jsem teda přemýšlela, jestli toho nebudu litovat a jestli opravdu odejít bude ta správná varianta. → **LÍTOST** Musím říct, že mě to někdy určitě mrzí, stýská se mi po té atmosféře na soutěžích, po těch kamarádech a vzájemné podpoře, naštěstí s velkou většinou kamarádů se vídám doted'. → **STESK**

Asi hlavním důvodem, proč jsem chtěla odejít je to, že jsem se chtěla posunout dál, začít nějakou novou etapu → **ŽIVOTNÍ ZMĚNA** a jelikož cheer byl dost časově náročný, furt nějaké soutěže, čtyřikrát týdně tréninky a někdy i víckrát a téměř každý víkend soustředění. → **ČASOVÁ NÁROČNOST** Nestíhala jsem skoro nic dalšího, vadilo mi, že nemůžu trávit víc času s kamarády a s přítelem, → **NEDOSTATEK ČASU NA DALŠÍ AKTIVITY** do toho probíhalo sestěhování s přítelem, začala jsem chodit do fitka a času bylo málo. → **ČASOVÁ DOTACE** Chodila jsem do práce a chtěla jsem dělat nějaký sport, ale něco víc flexibilního, abych stihla vše, co jsem chtěla a mohla si rozvrhnout tréninky podle sebe. → **NÁHRADNÍ AKTIVITA** Takže něco individuálnějšího, kde nebudu závislá na zbytku týmu. → **POŽADAVEK NA**

NEZÁVISLOST Toho rozhodnutí nelituju, ale někdy bych se tam ráda zpátky vrátila.

Rozhovor 5: Informant E, 19 let

V: Tak na začátek jenom kolik je ti let a jak dlouho jsi cheerovala nebo cheeruješ?

I. E: Tak je mi 19 let a tohle by byla moje šestá sezona, takže vlastně 5 let úplně v plný míře. → **DÉLKA TRVÁNÍ**

V: Bezva, děkuju, teď bych potřebovala, abys mi vyprávěla příběh na téma Já a cheerleading, jak ses k tomu dostala, jak dlouho jsi to dělala, jak jsi skončila, proč jsi skončila nebo co tě teda vedlo k tomu, že jsi nakonec vlastně neskončila.

I. E: Dobře. Začínala jsem teda úplně jako nováček, už mi bylo asi 14 nebo kolik a přišla jsem na to vlastně tak, že mě jednou o prázdninách vlastně začala zajímat gymnastika, akrobacie a tady ty věci, ale říkám, bylo mi 14, takže začít s gymnastikou už bylo trochu pozdě, tak jsem se to začala učit jako sama. A následně jsem na internetu našla různé videa, učila jsem se podle toho hvězdy, provazy, narazila jsem mimo jiné i na Czech Cheer Champions, který v té době byly jako v rozkvětu a díky nim jsem se teda dozvěděla, co je cheer a vlastně jsem si pak hledala další informace a líbilo se mi to. A měla jsem velký štěstí, že ten rok se zrovna otevíral u nás v klubu seniorskej tým, kterej nabíral nováčky. Takže jsme naplnili celý tým a vznikl tým úplně nováčků, prostě od začátku, takže to byl můj začátek. → **PŘÍCHOD** A po roce v tomhle týmu nás hnedka posunuli do týmu vyššího levelu a tam jsem zůstala až vlastně do konce a chodim i teďka na tréninky. → **PŘECHOD DO NOVÉHO TÝMU** Za tu dobu jsem se jako naučila spoustu věcí, bylo to teda trochu přerušeno covidem, ale i během covidu jsme měli online tréninky a scházeli jsme se normálně v čase, takže jako měli jsme sezóny, ale bez soutěží. → **ONLINE TRÉNINKY** Kdybych měla říct úspěchy, tak asi, že jsme vloni byli mistři Český republiky a jeli jsme na Bottrop, to jsme vlastně každý rok, který to šlo, jsme jeli na Bottrop a umístovali jsme se různě, a to je asi všechno. → **ÚSPĚCHY** Jo a ještě, proč jsem teda skončila. Tak já jsem vlastně jako nechtěla úplně skončit, ale proto jsem vlastně tak na půl zůstala, ale můj důvod je, že jsem teď nastoupila na vejšku, na medicínu a úplně jsem nevěděla, jak to budu mít časově a tak, → **STUDIJNÍ POVINNOSTI** takže jsem se domluvila se svojí trenérkou, že vlastně můžu chodit na trénink, když mám čas, můžu si přijít zastuntovat kdykoliv, ale vlastně nejsem v té soutěžní sestavě. → **FLEXIBILITA**

TRÉNINKŮ Ale platí to, že kdyby jim třeba někdo vypadl nebo něco, takže já zároveň jim můžu jako pomoci. → **POZICE NÁHRADNÍKA**

V: Můžeš naskočit jako náhradník.

I. E: No.

V: Já se ještě zeptám, ten původní tým byl level 2 a ten vyšší 4 nebo 5?

I. E: Ten vyšší byl 4, až letos je 5. → **STAV DOMÁCÍHO TÝMU**

V: Tréninky tě baví pořád jo? Takže to bylo čistě z časového hlediska a toho, že nevíš, co a jak bude. A kryje se ti škola s tréninkama?

I. E: Ne, s tréninkama se mi nic nekřeje, ale je to strašně časově náročný bejt prostě v týmu. Ale nevím, jestli víš, jak to tam teď je, ale ten tým se teď aktuálně snaží nominovat na Mistrovství světa, na který chtějí příští rok odjet, takže tréninky jsou třikrát týdně, soustředění kolikrát i dvakrát za měsíc, takže na to prostě teďka úplně není časovej prostor no. → **ČASOVÁ NÁROČNOST**

V: Ještě mě teď napadá, co národ'ák, nelákalo tě to někdy nebo byla jsi?

I. E: V národ'áku jsem nebyla, lákali nás každý rok, takže jsem nad jako tím přemejšlela. Nejvíce jsem nad tím přemejšlela, když byly jenom ty virtuální mistrovství světa, ale já jsem takovej zaneprázdněnej člověk, že jsem se bála, že bych to jako taky už nedala. K domácímu týmu ještě národ'ák, protože mám ještě turistickéj oddíl a všechno možný, takže jsem úplně jako na to taky neměla. Abych byla spokojená s tím, kolik času jsem tomu věnovala a fakt jako na to mohla trénovat, tak to jsem asi neměla no. → **ÚČAST V NÁRODNÍM TÝMU**

V: Dokázala bys mi víc popsat to, jak probíhalo rozhodování, jestli pokračovat nebo skončit?

I. E: Tak jak už jsem říkala, tak to moje rozhodnutí skončit s tím cheerem vyplývalo převážně z toho časového hlediska, protože jsem přestoupila na vejšku. → **STUDIJNÍ POVINNOSTI** Takže vlastně nezvažovala jsem žádnou finanční situaci jsem řešit nemusela, pořád mě to bavilo, takže to taky jako by nebyl pro mě důvod skončit, takže vyloženě tady to časový hledisko, → **ČASOVÁ DOTACE** protože tréninky třikrát tejdne na dvě hodiny → **ČASOVÁ NÁROČNOST** plus jsem ještě minimálně tři čtvrtě hodiny

dojížděla, protože jsem to měla na druhý straně města, takže to byl jako opravdu velkej žrout času. → **PROBLÉMY S DOJÍŽDĚNÍM**

Plus jsem si ještě teďka uvědomila, jak jsem nad tím přemýšlela, že vlastně určitej faktor je i vlastně nějakej stres, → **STRES** kterej z toho cheerleadingu vždycky nějak vychází, kterej je způsobenej tím, že na tom tréninku je dalších dvacet holek, který čekaj, že přijdete. → **ZODPOVĚDNOST** Tudiž vy na ten trénink prostě jdete, i když zrovna úplně nemůžete, i když se vám to nehodí, i když jste nemocný, i když padaj trakaře, → **POCIT POVINNOSTI** protože prostě víte, že tam ty holky nemůžete nechat, protože jinak ten trénink nikdy nebude tak kvalitní a nenatrénujou se takový věci. → **TÝMOVÝ SPORT** Takže už to je trošku stresující, že prostě musíte a pak bych taky řekla, že je tam určitej tlak z toho, vyplývající z toho, že je tam ta sestava, kterou se člověk pořád musí učit. Ona se předělává, tak se jí zase přeúčí, → **UČENÍ CHOREOGRAFIE** měl by chodit na tréninky navíc, měl by makat třeba na akrobě, která se prostě v tréninkách týmovejch tolik nestíhá, protože je potřeba dělat ty společný věci. → **NUTNOST INDIVIDUÁLNÍHO TRÉNINKU** Měl by člověk nějak posilovat, protahovat se, připravovat se na ty tréninky, dobře spát, dobře jíst, protože prostě je sportovec → **ZDRAVÝ ŽIVOTNÍ STYL** a potřebuje tady ty věci, který jsou jako fajn, ale vlastně jsou lehce omezující a pro člověka, kterej už si vlastně nechce přidělovat žádněj stres ke škole, to trošičku stresující bejt může. → **STRES, ZODPOVĚDNOST** Plus samozřejmě cheerová sezona prostě vrcholí na přelomu května a června, → **CHEERLEADINGOVÁ SEZONA** kdy já už vlastně teďka se aktivně připravuju na zkoušky a věděla jsem, že už se budu připravovat, takže jsem si asi nechtěla úplně přidělovat stres tím, že budu chodit ještě na tréninky, kde pojedou fullouty a budu vystresovaná z toho, že mi něco spadlo, že tam něco nepostavim, že z tý sestavy třeba budem muset něco vyndat nebo budem muset chodit navíc to trénovat. → **TLAK SOUTĚŽNÍHO ODVĚTVÍ** Takže i tohle byl vlastně určitej faktor toho, proč jsem se rozhodla s tím cheerem skončit, protože prostě je tam i tahle zodpovědnost, kterou člověk musí přijmout, když chce bejt atlet.

No a co jsem ještě zvažovala bylo to, že jsem určitě nechtěla skončit se sportem jako takovým, → **PŘÍNOSY SPORTOVNÍ AKTIVITY** protože jsem věděla, že když se budu jenom válet v knížkách, tak to nebude dobrý pro tělo ani pro hlavu, takže jsem se právě domluvila s tou trenérkou, jestli bych mohla chodit aspoň jednou tejdne za nima na trénink se podívat a zacvičit si s nima, případně teda někoho nahradit. → **HLEDÁNÍ**

ALTERNATIVY, POZICE NÁHRADNÍKA To teda klaplo a pak jsem si slíbila, že to budu doplňovat tím, že budu chodit na kolo, na brusle, sama na stěnu třeba, plavat, jo prostě tady třeba aktivitama, → **NÁHRADNÍ AKTIVITA** kde člověk není vázanej na ten kolektiv, kterej by potřeboval a může si říct tak dneska tam prostě půjdu a když tam nepůjdu, tak se nic nestane. Takže tak. → **POŽADAVEK NA NEZÁVISLOST**

Vlastně teď mě ještě napadlo, že když jsem teda už se rozhodovala, že asi skončím, tak jsem zvažovala, jestli teda úplně odejít z cheerovýho světa anebo s ním zůstat nějak provázaná a jelikož jsem se teda rozhodla s ním zůstat nějak provázaná, tak pro mě ještě byla možnost jít dělat trenérku. → **POZICE TRENÉRA** Jenže jsem si pak řekla, že to by bylo vlastně asi časově ještě náročnější, takže to jsem taky zavrhlá. Nicméně, je to hodně častej scénář, že jo, že když lidi skončej, tak jdou dělat trenéra, takže to jsem taky zvažovala. → **TRENÉREM PO AKTIVNÍ KARIÉŘE** Pak jsem zvažovala, jestli se nepřihlásit na nějakej jinej sport, kde bych měla vlastně vázaný ty tréninky, → **NÁHRADNÍ AKTIVITA** protože mi bylo jasný, že na to kolo a na to plavání se nedokopu tak často, jako kdybych měla nějaký daný tréninky, → **RUTINA** ale nakonec jsem si řekla, že si asi dám spíš ten prostor. Ještě tím, jak jsem se vlastně domluvila s tou svojí trenérkou, že prostě tam můžu chodit, tak jsem si říkala, že si prostě dám to volno a budu to mít radši v klidu a další rok si třeba zase něco zařídím. To teda platí, protože v aktuální chvíli zvažuju nebo velmi pravděpodobně asi letos půjdu opět na tryout a budu se snažit probojovat zpátky do týmu. → **MOŽNÝ NÁVRAT**

Rozhovor 6: Informant F, 18 let

I. F: No vlastně začalo to všechno asi 6 let zpátky, když jsem nastupovala na gympl. A zároveň jsem se nějakým způsobem, já jsem o tom přemýšlela, jak jsem se k tomu dostala, ale vlastně jsem prostě přišla na nábor do týmu a nějak jsme tam začali. Dostala jsem se do týmu levelu 2, to mě jako hrozně bavilo a vlastně celou tu svojí jako cheerleadingovou kariéru, jestli se to tak dá říct, jsem byla jako hodně dobrá v akrobě, vlastně jsem tam jako dělala hodně akrobů, potom jsem se dostala do týmu levelu 4, to bylo snad už druhej rok, co jsem dělala cheer. → **PŘÍCHOD** Ne moment, to bylo úplně jinak, já jsem šla ze senioru do junioru, protože jsem na to ještě měla věk. Takže jsem šla z toho seniorského týmu levelu 2 do juniorského týmu, kde jsme následně soutěžili na Mistrovství Evropy, ne tak to bylo úplně původně, byla jsem v seniorském týmu level

4 a odtud jsem šla do juniorů, s čímž jsme jeli na to Mistrovství Evropy, takže vlastně to byl můj úspěch. Účastnili jsme se Bottropu a takovejch věcí. Pak jsem vlastně vyrostla a musela jsem do seniorů a to jsem skončila opět v týmu level 4. → **STAV DOMÁCÍHO TÝMU**

V: Takže návrat zpátky jo?

I. F: Přesně tak.

V: A holky se tam mezitím vystřídaly nebo zůstaly stejný některý?

I. F: No já jsem šla právě do těch seniorů s holkama z juniorů.

V: Jasně. Takže jsi vystřídala lidi akorát při přechodu ze seniorů do juniorů.

I. F: Přesně tak. Na druhou stranu si myslím, že tam jako docházelo k silnejm jako závistem možná. Ve chvíli, kdy jsem se, já jsem měla v juniorech jednu bejvalou spolužačku ze základní školy a tam si myslím, že docházelo jako k hodně nemilejm pocitum. Ne, že by to bylo nějak strašný, ale dovolim si říct, že vlastně v tom týmu docházelo k nějakýmu prioritizování nějakých lidí. → **UPŘEDNOSTŇOVÁNÍ URČITÝCH OSOB**

V: Jako od trenérů?

I. F: Hm, což já jsem povznesla i na povrch, protože jsem se cejtila trošku jako, jelikož mám ráda pozornost a ráda se v tom vyžívám, tak prostě jsem si jako řekla oukej, tohle jako nepůjde. Všechnu tu pozornost diváků a samozřejmě ten tým stojí jako na každym tom členovi, na druhou stranu jsem měla pocit, že by se to dalo mnohem lépe rozložit. Takže tam jsem iniciovala vlastně nějakym způsobem nějakou revoluci, no to asi ne, ale to se tam dělo, to se mi nelíbilo. A možná párkrát jsem dostala, jako měla pocit, že nejsem spokojená jako v kolektivu. Že, necejtila jsem se tam dobře asi. → **NEROVNÝ PŘÍSTUP TRENÉRŮ**

V: Jako že ses neměla s kým bavit nebo že se s tebou nikdo nebavil?

I. F: No, asi tak jako oboustranně. Nebylo to určitě jako zlý, nebylo to špatný jako takhle. → **POCIT VYLOUČENÍ** No a pak přišel covid, to byl strašně jako zlomovej okamžik, protože nás vlastně, ne že nutili, ale byli jsme furt jako, furt jsme dělali cheerleading, furt jsme měli cvičit a museli jsme to dělat doma, což mi strašně nevyhovovalo a já jsem se na to strašně vybodla. → **ONLINE TRÉNINKY** Prostě nedovolovalo mi to jak jako

nějaký mentální zdraví, na což je jako blbý se vymlouvat, tak na druhou stranu mě to prostě nebavilo a pak když začali první tréninky venku, tak to nebyla tělocvična a vlastně ta akroba, která mě celou tu dobu strašně motivovala a bavila, tak už tam vlastně akroba vůbec jako nebyla a teď jenom stunty. → **ABSENCE POKROKU**

V: No ona se blbě dělá na trávě, že jo.

I. F: Přesně tak. Na konci covidu, já už jsem úplně ztracená, co se týče času, tak jsem se na to úplně jako vyprdla a říkala jsem si, že stačí, že se nebudu už jako trápit. Protože už jsem se do toho strašně nutila. → **ABSENCE RADOSTI, NADŠENÍ** Takže to byl nějakým způsobem můj konec, kterej byl hlavně způsobenej teda covidem. Děkala jsem to 4 roky, tak nějak, 4 sezony, možná 5 a jsem jako za tu zkušenost strašně ráda, strašně mě to bavilo. → **DÉLKA TRVÁNÍ** Bylo to super, bylo to strašně rozvíjející, na druhou stranu extrémně časově náročný. → **ČASOVÁ NÁROČNOST** A vlastně, co se týče mých plánů do budoucna, tak určitě mi to hodně chybí, jako strašně. Kolikrát se vlastně přistihnu při tom, jak sleduju videa z nějakých soutěží a byly to nezapomenutelný zážitky, který chci určitě ještě zažít znova. → **VZPOMÍNKY** Na druhou stranu to teďka vlastně moje časový možnosti, všechno to, co dělám, úplně nedovoluje, abych jako třikrát tejdne dojížděla tam a zpátky, jelikož nebydlím ve městě, kde probíhají tréninky, tak ještě jako s dojížděním bezmála 3, 4 hodiny večer. → **PROBLÉMY S DOJÍŽDĚNÍM**

V: No tak to určitě.

I. F: Takže ještě jako uvidíme, ale moc ráda bych se někdy vrátila.

V: Já se tě ještě zeptám na tu atmosféru, ty jsi říkala, že to bylo v těch juniorech a předtím v seniorech ses cítila v pohodě?

I. F: No tak já jsem ten druhý rok v seniorech strávila pár tejdnu, doslova dokud nepřišly trenérky, že by rády jako by nabraly pár dalších lidí, aby mohli na Evropu. Takže tam jsem vlastně jako nestihla ani postřehnout ty lidi, na druhou stranu byli strašně starý na mě, mně bylo 14, 15 tehdy a byly tam 17letý holky, a to je vlastně jako hrozně velký rozdíl a celkově jako ta společnost, jak šla z juniorů do seniorů, tak vlastně to bylo dost totožný si myslím. → **VĚKOVÁ PROPAST** Možná já jsem tam nezapadla, což je naprosto v pořádku, jako nekřivdim nikomu, určitě byli všichni super, na druhou stranu každej je úplně jinej. A, a holt takhle no. → **POCIT VYLOUČENÍ**

V: Tak, ne se všema si může člověk vždycky v životě sednout, to je asi normální.

I. F: Rozhodně, rozhodně. A tam šlo i jakoby o to, že už většina lidí, většina vlastně těch jako lidí, který jako právě trenérky vnímaly jako tu přední část toho týmu, já nevím, jak to vysvětlit. → **NEROVNÝ PŘÍSTUP TRENÉRŮ**

V: Takový ty privilegovaný.

I. F: Jojo, já jsem byla i vlastně v úplně jako jiný finanční situaci, než byly tyhle holky. Tam to bylo hodně taky jako i o financích, což jsem jako strašně vnímala. → **FINANČNÍ NÁROČNOST**

V: Můžeš to rozvést?

I. F: Ty jo, já nevím, jestli to nebude znít blbě, jako tohleto je fakt jako na pravou míru. Já jsem byla malý dítě, i když už v tomhle věku jsem byla dost nucená se jako něco o penězích naučit. Pracovala jsem hnedka jako od chvíle, kdy mi bylo 15 a snažila jsem se vlastně vydělávat něco na sebe, → **PRACOVNÍ POVINNOSTI** často jsem i jako mamce pomáhala, protože mám mamku samoživitelku a bydlela jsem ještě jako s tetou a babičkou v takovém jako dvoupokojovém bytečku. A bylo to dost šílený a na těch holkách jsem viděla, prostě na těch jako malejch holkách, já jako strašně malý dítě, jsem jako ty peníze nějakým způsobem viděla a vnímala. Ať už to byly třeba telefony, oblečení a tak podobně. Takže i to mě vlastně jako nějakým způsobem odlišovalo od toho zbytku, od toho vlastně jako privilegia. → **RODINNÉ ZÁZEMÍ** Na druhou stranu, když si teďka jako vzpomenu, tak jsem tam přišla na strašně skvělý přátelství, to určitě. Ježíš, teď jsem na tu holčinu vlastně jako hrozně i zapomnělo, ty jo. Bylo to místo jak skvělejších přátelství, tak vlastně i těchhle ukrivděnejch pocitů. → **VZPOMÍNKY** No a ty jo, kam bych to mohla ještě rozvést.

V: Finanční náročnost jako co se týče příspěvků nebo kupovali jste si dresy nebo co všechno jste platili? I to bylo pro tebe komplikovaný?

I. F: Ne, to ne, to určitě ne.

V: Takže to za tebe platila mamka a jako v pohodě, jo?

I. F: Jo, určitě, ale pak jsou tady vlastně ty ostatní věci, jako normální oblečení, třeba takový ty nike kraťásky. → **VIDITELNÁ ROZDÍLNOST**

V: Boty cheerový, že jo.

I. F: No přesně tak. A tam to je jako hrozně vidět, ať už trička a tak podobně. Ale byla jsem spokojená, byla jsem šťastná, ale myslím si, že vlastně teďka trošku jako mimo, že tohle to, jak jsem to vnímala, mě namotivovalo proto, abych i já jako teďka vlastně dospělej člověk si šla vlastně co se týče té budoucnosti nějak jako kupředu. Takže teď působím jako finanční poradce a je to super.

V: Ještě se tě zeptám na národ'ák, přemýšlela jsi o něm někdy?

I. F: Bylo to moc drahý. Tam jsem vlastně skončila s těma myšlenkama. Určitě jsem nad tím uvažovala, ale bylo to strašně drahý. → **ÚČAST V NÁRODNÍM TÝMU**

V: Já jsem si říkala, že když jsi byla tak šikovná na tu akrobii, tak třeba zrovna tam bys našla svoje uplatnění, ale chápu tenhle důvod no, není to práce. Kdo si dneska může dovolit vypláznout 30, 40 tisíc.

I. F: My jsme jako hodně jsme přemejšlely i nad tou Evropou, vlastně nad tou nabídkou Evropy, protože to bylo taky ty jo, kolik, nevím, 15 možná? 20, něco takovýho. Ještě jsme pak dostali nějaký příspěvek, takže se to jako rapidně stáhlo dolů, že se to nějak jako vybralo, ale národ'ák bohužel no. → **FINANČNÍ NÁROČNOST**

V: Ale kdyby tam třeba nebyla ta finanční stránka, tak by tě to lákalo?

I. F: Jo, určitě. Vlastně jsem extrémně ráda, že juniorky teďka vlastně úplně zazářily. Ty jsou skvělé a taky jako senioři, vlastně furt pozoruju celou tu, nevím, jak se tomu říká.
→ **KONTAKT S KOMUNITOU**

V: Komunitu?

I. F: No vlastně ty sociální sítě. Určitě bych to zvažila nebo ne zvažila, určitě bych tam šla.

V: No jasně, minimálně bys to zkusila a věděla bys, co a jak.

I. F: Přesně tak.

V: Dokázala bys mi víc popsat to, jak probíhalo rozhodování, jestli pokračovat nebo skončit?

I. F: Odchod z cheeru byl podle mě vcelku přirozený, protože skončila první taková ta várka covid'ácká, kdy jsem se začala bavit s novými přáteli, který byly něco úplně jinýho než jsem doposud znala → **VLIV COVIDU** a jak si mě ten život prostě strhnul úplně

jiny směřem a ty lidi mě přestali zajímat, vlastně na tom cheeru. → **ODKLON OD TÝMU** Nikam jsme prakticky nechodili a já jsem, moje mladý já mělo prostě tendence nebo ne tendence, ale konečně si mohlo dovolit jednou na ten trénink nepřijít a pak se to prostě proměnilo v to, že jsem prostě přestala chodit úplně. → **ČASTÉ ABSENCE NA TRÉNINKU**

Myslím, že tě bude i zajímat vlastně to, že já jsem občas ještě v takovém jako malým kontaktu s bývalým týmem, protože jsem tam párkrát dělala nějakýho staffáka, marketing člověka, social media člověka a zrovna teď nedávno jsem vybírala vstupný na jedny jejich akci. → **KONTAKT S KOMUNITOU** Byla tam spousta lidí, co jsem znala, co jsme chodili spolu do týmu a oni jsou teďka, prostě jeli na svět. No a čekala jsem jako, že to bude takový já čau, tebe jsem neviděla dlouho, jak se máš? Ale vlastně jako vůbec ne, vůbec jsem je nějak nezajímala, → **NEZÁJEM OSTATNÍCH** což mě možná trochu maličkato, ne že ublížilo, ale trochu mě to zklamalo, protože jsem čekala, že to budou jako hodnější lidi a vlastně jako dospělejší. → **NENAPLNĚNÁ OČEKÁVÁNÍ**

Potom, co jsem se vlastně udala úplně jiny směřem vlastně v tý první covid'ácký vlně, tak jsem jakoby ani nezačala zvažovat, co bych dělala místo toho, protože jsem neviděla důvod. → **ABSENCE NÁHRADNÍ AKTIVITY** Já nevím, já už si vůbec nepamatuju, jak jsem o tom celým cheeru mluvila vlastně poprvý, když jsme se bavily. Ale já si teď uvědomuju, že to byla šílená zátěž fyzická → **FYZICKÁ NÁROČNOST** i psychická → **STRES** a já jsem pocítila neskutečnou úlevu, že už mi nebylo špatně prostě, už mě nebolely věci → **ÚLEVA** nebo jako by nebyla jsem furt unavená a neměla jsem, měla jsem prostě o šest hodin navíc v tom týdnu, což bylo fakt jako moc fajn. → **ČASOVÁ DOTACE**

A jestli jsem nad tím přemejšlela nebo nepřemejšlela v tu dobu, tot' otázka, to já sama nevím, spíš ne. Vlastně to je takový to, když se člověk vyhýbá něčemu, co nechce dělat, ale vlastně si nedokáže přiznat nebo nedokáže jako udělat ten větší krok a udělat to oficiální, ale vlastně se všemu možně uhýbá a vyhýbá, a to jsem byla přesně já. → **ÚHYBNÉ MANÉVRY** Ale zase jako mě to něco naučilo do budoucna, to, že by člověk měl být víc upřímněj, protože, ne že bych jako dostala nějaký pohlavek od těch trenérů, ale věděla jsem, že to, jak jsem se chovala, nebylo správný. → **POUČENÍ** To, že jsem prostě nechodila bez omluvení, to jako bylo nepřijatelný a teď si to uvědomuju, → **UVĚDOMĚNÍ ŠPATNÉHO CHOVÁNÍ** ale myslím si, že tehdy to prostě byla

nějaká jako úleva, kterou mi umožnila moje morálka, a to si myslím, že moje morálka je fakt jako drsná, jako že fakt jako silná jo.

Rozhovor 7: Informant G, 20 let

I. G: Já jsem nepřišel nikam vyloženě na nějaký konkurz, ale dostal jsem se tam přes ségru. V prvním týmu jsem byl vlastně sám mezi holkama. → **PŘÍCHOD**

V: Takže ty jsi ten jediný chlapec, který tam kdy byl? Tak to si tě já vybavuju ještě na soutěžích jako juniora, možná i menšího.

I. G: Jo, jo, jo, protože do senioru už jsem musel přestoupit. Protože ten coed by byl nevyváženější třeba oproti jiným týmům. Takže kdybych já jim z toho udělal coed a byl bych tam sám kluk. → **ZMĚNA TÝMU**

V: Tak to nemá smysl no.

I. G: No, když je ten tým prostě půl na půl, tak je to úplně někde jinde. No, takže dostal jsem se tam vlastně přes ségru, ségra začala s cheerem, dělala ho asi rok. → **PŘÍCHOD**
Já jsem za ten rok, co ona tam byla, byl jsem asi na 2,3 soutěžích a říkal jsem si jako, byl jsem malej, takže moje hlavní vidina v tom byla ta, a to byly vlastně medaile.
→ **ÚSPĚCHY**

V: No jasně, v pohodě.

I. G: Že jako taky jsem chtěl něco vyhrát, že do té doby jako jsem hrál třeba nějaký florbal nebo tohle, a to bylo jenom v rámci družiny, takže žádný medaile, nic samozřejmě. Takže jsem se vlastně k tomu dostal přes tehdejší hlavní trenérku toho týmu a první jsem byl vlastně na letním kempu, kde vlastně jsem přišel a zjistil jsem jako o čem to tak nějak je prostě, jestli mě to bude bavit nebo ne. Nevím, jestli to bylo třeba tejdén nebo dva ten kemp a tam jakoby, já jsem byl vždycky pro ty holky okolo spíš jako takovej prostě menší brácha, → **ŽENSKÝ SPORT** jako pro ty v té době juniorky, já jsem byl ještě peewo a tohle. A kolik jsem začal, v roce 2015, takže třeba nějakých 7 let dozadu, to mi bylo nějakých 12, 11, něco takovýho. No takže první tréninky a tohle jako dobrý, super prostě, jako užíval jsem si to. Samozřejmě jsem tam šel i jako z toho důvodu, že tam budu jedinej kluk mezi holkama. → **PŘÍCHOD**

V: Jasně.

I. G: To mě taky fascinovalo, než se prostě potit někde s klukama na fotbale nebo takhle.

→ **ŽENSKÝ SPORT**

V: Tak místo toho jsi byl obklopenej ženskejma.

I. G: No, no, no, přesně tak.

V: Kterej kluk by si to nepřál?

I. G: No, no, no, jako dostával jsem za to občas samozřejmě docela bídu prostě, že jako dělám ženskej sport a tohle, ale nikdo v tom jako neviděl to, co jsem v tom viděl já prostě.

→ **ŽENSKÝ SPORT** Ty jistý výhody, ale i nevýhody no. A pamatuju si, ještě dokonce by se někde dala najít i ta epizoda, na Český televizi, Děčko, jak je ten pořad pro děti, Lvíčata, tak jednou se za náma i stavili dokonce, to jsme v té době trénovali ještě ve starý tělocvičně. A normálně s náma udělali jako, dali nás prostě do jedny té epizody o cheerleadingu a takhle. → **REPORTÁŽ V TV** Ještě si pamatuju, že tam byla i ta hlavní holčina z Pulsáků, z toho groupu. → **VZPOMÍNKY**

V: Kiki.

I. G: No, no, no, no, no. Takže i to bylo zajímavý, že do teďka prostě si třeba jednou za čtvrt roku, za půl roku najdu čas a zkouknu to prostě.

V: Kocháš se jo?

I. G: No jasně, je to jako spíš pro pobavení no, ale má to svůj účel. → **VZPOMÍNKY**

V: No jasně, tak to je hezký.

I. G: No, pak se to vlastně přehouplo do těch juniorů, to samozřejmě člověk už začne bejt větší, silnější prostě. Začne to bejt zajímavější všechno, už to není jenom jako o elevatorech a extensíonech. Ty juniory, ty jsem teda zakončil v tom původním týmu, tím, teď já nevím, kdy se přesupuje, 15.rokem? → **STAV DOMÁCÍHO TÝMU**

V: Hm, tak nějak no, 15, 16.

I. G: Takže já jsem přestoupil vlastně tak, jak jsem měl, protože mě by stejně nikdo neukecal, jako někde u komise, že mi není 15 a tak. A takže jsem pak vlastně, oni už, o tom jsem ani nevěděl, oni mi to vlastně tak jako na oko, ne, že domluvili, ale prostě zeptali se kluků jako když mi začínala ta poslední sezóna v juniorech, tak se zeptali kluků v jiném týmu, jestli by se na mě nekoukli a tohle. → **GENERAČNÍ OBMĚNA**

V **TÝMU A** vlastně tak nějak ke konci sezony už mi normálně řekli, to bylo vlastně v Bottropu, když se jezdil Bottrop, tak mi řekli: „Hele, kluci tady na tebe koukli prostě, líbí se jim, jak to děláš a tohle, už máš nějaký zkušenosti a tak.“ A že by mě chtěli. → **DOMLUVA ZMĚNY TÝMU** Takže jsem seděl, samozřejmě jsem přemejšlel, jestli teda půjdu tam nebo jestli s tím prostě skončím, protože jsem, byl jsem prostě zvyklej, nechtělo se mi to měnit samozřejmě. → **ROZHODOVACÍ DILEMA** Chvíli jsem jako nechápal, proč jako bych měl odejít nebo takhle, ale bylo mi to jako i docela jednoduše a hezky vysvětlený, že už mi jakoby neměli co nabídnout. Já už jsem pak třeba v těch 15, 14 začal dělat jako partnerinu, nahazovat a tohle a ty holky prostě nevěděly nebo trenérky nevěděly, co mi k tomu maj správně jako říct, jak to okomentovat prostě, jak to opravit, protože jako by ony se tím nezabývaly. → **ALLGIRL x COED** Ony jako to nepotřebovaly, ony dělaly prostě ty pyramidy a ty grupy a všechno, takže jako ony si s tím vystačily. Pak jsem zkusil první trénink u toho nového týmu. → **ZMĚNA TÝMU** Bylo to prostě úplně o něčem jiným, bylo to jako úplně o 10 levelů jinde prostě. Ten trénink jako trval úplně stejně dlouho, ty 2 hodky, ale ta intenzita byla úplně jinde. To jsem jako první půl rok nebo prvních pár měsíců jsem vůbec nevěděl, co se se mnou děje. Prostě byl jsem rád, že jsem došel na zastávku MHD, sedl jsem si do toho MHD a že jsem neusnul po cestě domu, ale pak se to zase začalo prostě přehoupávat v to, že už jako jsem se v tom cejtil jako fakt dobře na tom tréninku prostě, že zbejvala energie, že jsem si prostě zvykl. → **FYZICKÁ NÁROČNOST** Pamatuju si, že vlastně ten původní tým, když se jako vědělo, že už to bude končit, že prostě jako odchází vedení, že jako na to už nikdo nemá nějak čas nebo takhle, a tak se uspořádal vlastně víkend prodlouženěj. Tak se to uspořádalo, sešli jsme se všichni v jedný tělocvičně a bylo vlastně jakoby exhibiční vystoupení, na kterým jsme prostě makali celej víkend, prostě od pátku a v neděli bylo vystoupení, což je jako za mě asi nejlepší způsob, jak to ukončit nebo takhle. → **ROZLOUČENÍ S PŮVODNÍM TÝMEM**

V: Hezký rozloučení.

I. G: No, no, no, máme z toho prostě videa a fotky, víš co. Vzpomínky prostě člověku nikdo nevezme. Zajeli jsme si, jako stáli jsme vedle sebe prostě všichni naposled, takže jsme si to prostě všichni spolu takhle zajeli, ale právě jsem cejtil úplně jako, jak jsem se vrátil zpátky zase k těm jako volnějším tréninkům a tohle, tak jsem úplně cejtil ten rozdíl. Všechno prostě div jsem nezvedal na malíčku a takhle, když to budu přehánět. Takže není

tým jako tým. Cejtím prostě, že v tom novém týmu jsem se prostě dostal někam jako na špičku, do toho prostě levelu 6. → **ROZDÍLNOST TÝMŮ**

V: Takže vy jste byli i level 6, když jsi tam byl?

I. G: Mám takovej pocit, že jo. Víc snad není, ne?

V: Ne.

I. G: No, no, no, tak level 6, ale takhle, stihl jsem jenom jednu soutěž, to byl Evolution Cheer Battle před covidem. A tou dobou jsme v Čechách proti sobě nikoho neměli, proti komu bysme si to jakože dali, takže pak jenom na těch evropských soutěžích, tam já jsem vlastně ani jako nebyl s tím novým týmem. → **ÚSPĚCHY** Já jsem zažil akorát ten Evolution a pak samozřejmě prostě přišel covid jako a mě to přestalo, strašně mě to přestalo bavit prostě. Scházet se s někým jako přes počítač, nemít tu tělocvičnu. → **ONLINE TRÉNINKY**

V: Online tréninky prostě nebyly tvůj šálek čaje, jo?

I. G: Ne, vůbec, vůbec, vůbec. Já jsem to bral jako šaškování před kamerou, mě to nějak jako úplně nebavilo. Prostě ten kontakt s lidma a tohleto prostě, to zvedání jako je to úplně o něčem jiným. → **FYZICKÝ KONTAKT S LIDMI**

V: No jasně, tak o tom ten sport je, že jo. Pro to se většina z nás nadchla, a to přes ten počítač prostě neuděláš.

I. G: No jasně, prostě jako dobrý, třeba kdyby byl ten online trénink jako jednou tejdně, že bysme si prostě všichni jenom zaposilovali, dali si nějaký cardio a pak třeba dvakrát, třikrát ještě tejdně se viděli, ale to prostě nebylo možný. → **ONLINE TRÉNINKY** Takže já jsem pro to vlastně ztratil úplně všechno jako to nadšení nebo tohle → **ABSENCE RADOSTI, NADŠENÍ** a už ani nevím, co jsem šel dělat místo toho. Nic jako už vrcholovýho nebo tohle.

V: No a po covidu už jsi se teda nevrátil?

I. G: Ne, ne, ne. Nebo po covidu, já mám takovej pocit, že ještě jo, že ještě na chvíli mě snad jedna holka ukecala, ale já vůbec nevím, na jak dlouho. Já už jsem potom na žádný soutěži nebyl. → **POKUS O NÁVRAT PO COVIDU**

V: Jasný, takže to bylo třeba na pár tréninků, ale už nic jako vážnějšího.

I. G: Ne, myslím, že třeba, ty jo to nevim, to bych kecal.

V: A nebo ses trefil zrovna do blbý doby, že tam nebyla zrovna žádná soutěž, protože ono to bylo komplikovaný. Rok 2021 byl vlastně v podstatě bez soutěží mám pocit, to bylo pár onlinů a jinak to bylo zabítý.

I. G: No, vim, že se začalo chodit jako zpátky do tělocvičny, i když teda jako s tou rouškou a s tímhle prostě. To byla druhá věc, kterou jsem prostě nesnesl vůbec. → **TRÉNINKY PŘI COVIDU**

V: Chápu, byla jsem na tom úplně stejně.

I. G: No, ale tohleto rozebírat, jako ty opatření, já jsem rád, že teď je nějaký klid, že se to chvíli nemusí řešit.

V: Ok, takže bys řekl, že důvodem toho ukončení byl prostě ten covid? Že ti to jako vzalo nějakou motivaci, že nebyla dlouho vidina toho, že se s těma lidma potkáme, že jo.

I. G: Určitě, přesně tak, a hlavně nebyly ty soutěže. Já jsem jako najednou jsem prostě seděl a říkal jsem si: „A proč to teď dělám?“ Když třeba jednou za čtvrt roku vždycky bohatě stačilo prostě si dát tu soutěž, tam prostě mi to dalo ten adrenalin, dalo mi to prostě nějaký ten stres, → **STRES** nějaký ty nervy, kvůli kterejm jako jsem to taky dělal, i když jako v tu chvíli to není zrovna dvakrát příjemný. → **TLAK SOUTĚŽNÍHO ODVĚTVÍ** Ale i kvůli tomu jsem to prostě dělal no, i kvůli tomu prostě, že jako jsem věděl, že támhle se může něco pokazit, támhle se může něco povést na druhou stranu. → **ABSENCE SOUTĚŽÍ**

V: Adrenalin.

I. G: No, no, no.

V: A pak ten pocit z toho, když se to povede, vid'?

I. G: Přesně tak, jako asi největší úspěch, co jsem kdy měl, jako za kterej jsem na sebe jako i hrdej, tak je to, když jsem končil vlastně tu sezonu v původním týmu, já jsem vlastně odcházel a teď abych nekecal, já tady dokonce mám tu medaili vedle sebe. Já jsem na to nedávno koukal. A když se podívám, tohle je druhý místo, hergot, kde byla. Jo, tady byla, první místo, je to 11.5.2019, Team cheer junior coed advanced. → **ÚSPĚCHY**

V: Mistrák, jasně.

I. G: No, mistrák, mistrák. A to bylo první místo vlastně, tím jsem jako by toho nechal v tom nejlepším.

V: To bylo krásný ukončení teda.

I. G: A já jsem do té doby v životě nebyl první. Tohleto byla jako fakt první vyřčená medaile, zlatá. → **ÚSPĚCHY**

V: Tak jo, ještě se tě zeptám, národ'ák tě nelákal?

I. G: Ani ne, já jsem toho měl tolik přes ten tejdén, že jako o víkendu, když byly ty tréninky jednou za měsíc, jsem jako opravdu rád vypustil. → **ÚČAST V NÁRODNÍM TÝMU** A hlavně já jsem byl vždycky rád, že jsem si zapamatoval jako jednu sestavu, jednu choreografii a i to bylo na mě moc kolikrát. → **TLAK SOUTĚŽNÍHO ODVĚTVÍ**

V: Jasně, takže další k tomu s tréninkama jednou měsíčně, nic moc, jo?

I. G: Ne, ne, ne, já bych si to vůbec nepamatoval. Já jsem byl takovej, že už fakt jako, když mi teklo do bot a fakt jako byla soutěž za dveřma, tak jsem se tomu věnoval doma tý choreografii a tohle, ale do té doby...

V: Jako že sis třeba nakoukával videa z tréninku?

I. G: No, no, taky, taky. Jo, jo, jo nebo prostě jsem dostal sepsáno do zprávy, co kdy se jak děje, protože holky ze mě kolikrát už byly fakt jako nešťastný, který se mnou stavěly v tom novým týmu. A to i v tom původním, já jsem na to nikdy neměl pamatováka. → **UČENÍ CHOREOGRAFIE**

V: Hele to tak jako je s těma klukama většinou, tomu se my holky musíme přizpůsobit. Nejsi určitě první ani poslední.

I. G: Nejhorší byly opravdu ty osmihodinový tréninky tý choreografie a tohohle.

V: Když se něco nahodí a pak ti řeknou, tak jdeme od začátku.

I. G: Kdy jako ten trenér byl super učitel, všechno, ale já jsem na to absolutně neměl třeba jako kapacitu, náladu a tak. Že jsem si vždycky přál bejt úplně někde jinde po hodině, a to zbývalo ještě sedm hodin. → **UDRŽENÍ POZORNOSTI**

V: No jasně, hele a místo cheeru teda děláš něco jinýho? Našel sis nějaký jinej koníček nebo ne?

I. G: Jo, jako od družiny jsem hrál florbal, od nějaký druhý třídy do nějaký pátý nebo šestý třídy jsem hrál florbal. Pak jsem si to jednou tejdně chodil vždycky pinknout akorát se známejma prostě, když jsme si sehnali tělocvičnu. Pak tam teda byla nějaká ta odmlka, byl ten cheerleading, takže jsem se jako věnoval naplno tomu cheeru a teď jsem se k tomu florbalu zase vrátil. Že jsem sehnal bandu, se kterou chodíme hrát. Zrovna dneska jsme měli jít hrát, ale asi neseženu dostatek lidí. → **NÁHRADNÍ AKTIVITA**

V: Jasně, takže chodíš prostě rekreačně?

I. G: Přesně tak, jednou tejdně. Ale jako má to i svůj účinek, cejtím se líp.

V: No tak děláš něco pro sebe, sportuješ, to je skvělý.

I. G: Jo, snažím se, ale zase jako nestuduju už, takže chodim normálně do práce. I to byl jeden z důvodů, protože prostě po práci už si rád odpočinu, a ne abych letěl na trénink se zničit. → **PRACOVNÍ POVINNOSTI** Vlastně náplň mojí práce, já dělám šoféra, ale najezdim třeba do 80, do 100 km za den a většinu jako odlítám, protože dělám kurýra. Takže tam mám jako opravdu bohatě pohybu. Tam samozřejmě čím dřív to mám hotový, tím dřív jsem doma, takže člověk pospíchá. → **PRACOVNÍ POVINNOSTI, ŽIVOTNÍ ZMĚNA**

V: No a nelákalo tě se k tomu cheeru ještě vrátit, teď, když se to zase jako rozjelo všechno?

I. G: Ne, ani ne, ani právě že ne. Je to hrozný jako ode mě, ale...

V: Ne, tak v pohodě. Hele spousta lidí skončilo takhle s covidem, protože prostě jim to sebralo tu motivaci.

I. G: No, ale jakmile si jednou člověk prostě čuchne k penězům, tak už se toho hodně blbě zbavuje. → **ŽIVOTNÍ ZMĚNA**

V: A vlastně v tom tvém novém týmu jsou tréninky docela dost časově náročný.

I. G: Právě. Mně to stačí takhle jednou tejdně, kdy já si prostě chodim na hod'ku zahrát mezi 8 a 9 a přijdu domu, třeba v 10 jsem v posteli a ve 3:40 vstávám a ten čtvrtek je pro mě prostě vždycky úplně příšernej. Kdybych to vzal, tak teda jako dvakrát tejdně, prostě to pondělí a středa, tak vždycky to úterý a ten čtvrtek by byly pro mě jako šílený. → **ČASOVÁ NÁROČNOST, FYZICKÁ NÁROČNOST**

V: Chápu.

V: Dokázal bys mi víc popsat to, jak probíhalo rozhodování, jestli pokračovat nebo skončit?

I. G: Hele z cheeru jsem odešel hlavně kvůli demotivaci z covidu → **VLIV COVIDU** a kvůli svojí práci → **ŽIVOTNÍ ZMĚNA, PRACOVNÍ POVINNOSTI** a vlastně až teď po roce sportovní neaktivity jsem se ke sportu vrátil a začal boxovat. → **NÁHRADNÍ AKTIVITA**

Abstrakt

SKÁLOVÁ, L. *Motivace adolescentů ke sportu*. České Budějovice 2023. Diplomová práce. Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích. Teologická fakulta. Katedra pedagogiky. Vedoucí práce doc. MgA. Stanislav Suda, Ph.D.

Klíčová slova: motivace ke sportu, adolescence, cheerleading, odchod z cheerleadingového klubu, soutěžní sportovní odvětví

Diplomová práce je zaměřena na motivaci adolescentů ke sportu. Hlavním cílem práce je zjistit důvody odchodu aktivních adolescentních členů z cheerleadingového klubu. Dalším cílem práce je vytvořit model situace, ve které sportovci začínají o odchodu uvažovat. V teoretické části jsou představeny oblasti adolescence, motivace a cheerleading. Praktická část obsahuje kvalitativní výzkum, kde jsou identifikovány důvody odchodu adolescentů ze soutěžního cheerleadingu a vytvořen model rozhodování. Výzkumu se účastnilo celkem sedm sportovců, kteří v adolescentním věku opustili cheerleadingový klub.

Abstract

Adolescents' motivation for sport

Key words: motivation for sports, adolescence, cheerleading, leaving the cheerleading club, competitive sports

The diploma thesis deals with motivation of adolescents in sport. The main aim of the thesis is to find out the reasons why active adolescent members leave the cheerleading club. Another goal of the thesis is to create a model of the situation in which athletes begin to think about leaving. The theoretical part introduces adolescence, motivation and cheerleading. The practical part contains qualitative research, where the adolescents' reasons to leave competitive cheerleading are identified and where a model of decision-making is created. A total of seven athletes who left the cheerleading club as adolescents participated in the research.