

## Víte, jaké motivační klima ve svém týmu vytváříte?

Motivační klima je definováno jako situačně vyvolané psychologické prostředí **určující cíle** činnosti. **Klima mistrovství** (mastery climate) podporuje zapojování se do dílčích úkolů, podporuje tak *orientaci na úkol*, **klima soutěžení** (ego climate) podporuje *orientaci na ego* a za základ hodnocení volí soupeření a srovnávání.

Jedince *orientované na úkol* motivuje ke sportování častěji radost, kterou jim to přináší, a takto zaměření jedinci dávají přednost úkolům, které jim umožňují zlepšovat se, tzn. častěji si volí mírně obtížnější cíle. Jedince *orientované na ego* motivuje ke sportování častěji příležitost poměřit se s druhými a předvést své mimořádné schopnosti. Tito jedinci dávají přednost úkolům, které jim umožní vypadat dobře v porovnání s druhými, tzn. volí si spíše snazší úkoly. V úkolech zaměřených na nácvik základních technických dovedností, které mohou být nezáživné, projevují sportovci orientovaní na úkol větší vytrvalost než sportovci orientovaní na ego.

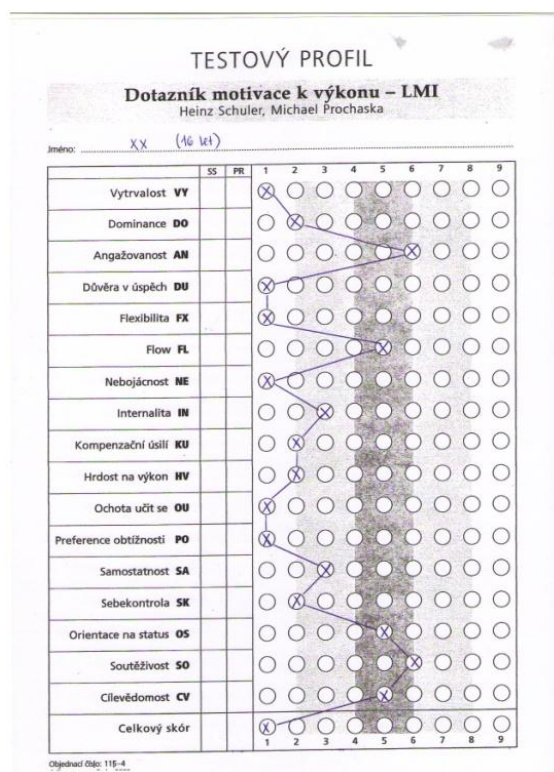
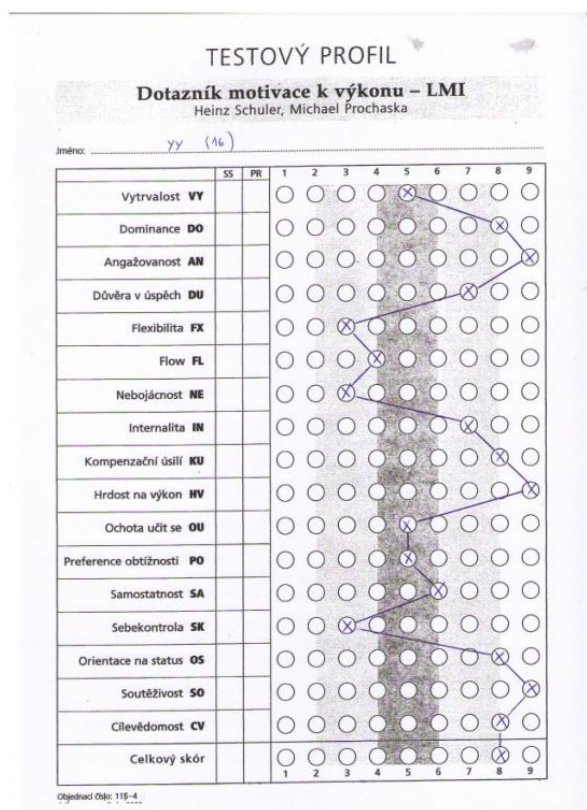
Jedním z hlavních osobnostních faktorů ovlivňujících motivaci je tendence *dosáhnout úspěchu* či *vyhnout se neúspěchu*. Vysoce výkonné osoby více pohání motiv úspěchu, zatímco málo výkonné osoby více motivuje snaha vyhnout se neúspěchu. Jedinci, kteří už dosáhli úspěchu, budou chtít znovu zažívat ten samý pocit hrdosti a budou usilovat o další úspěchy. Ti, co zažili pocity studu z neúspěchu, se budou snažit těmto pocitům znovu vyhnout.

Jaké motivační klima a jaké tendence je výhodnější u sportovců rozvíjet? Výzkumy ukazují, že:

- ✓ motivační klima mistrovství (tím pádem také orientace na úkol) je spojováno s nižší mírou úzkosti u sportovců;
- ✓ riziko rozvoje syndromu vyhoření v průběhu sezóny se zvyšuje, pokud sportovci vnímají prostředí jako soutěžní klima (ego klima), naopak sportovci, kteří popisují prostředí s mistrovským klimatem, vykazují mnohem nižší příznaky syndromu vyhoření během sezóny;
- ✓ v motivačním klimatu mistrovství vydávají sportovci více úsilí, jsou více spokojeni a dávají přednost těžším úkolům než sportovci působící v klimatu zaměřeném na výsledek (soutěžní, ego klima);



Víte, jaké motivační klima a jaké tendence u svých svěřenců rozvíjíte? Dokážete si vlastní sebereflexí a pozorování na tuto otázku odpovědět? Pokud ne, můžete využít u svých svěřenců Dotazník výkonové motivace, který podhalí strukturu motivace vašeho svěřence. Ta částečně odráží motivační klima, které vytváříte. Na ukázkou přikládám dva profily struktury motivace hráček volejbalu.



Na profilu č.1 (yy) je vidět, že hráčka má velmi vysokou míru celkové motivace k výkonu, stejně tak další důležité faktory výkonové motivace jsou průměrné či vyšší (vytrvalost, důvěra v úspěch, ochota učit se, preference obtížnosti), velmi vysoké jsou faktory soutěživosti a orientace na status, což může být způsobeno právě vlivem klimatu soutěžení. I když je hráčka členkou reprezentačního týmu, před i v průběhu utkání prožívá silnou nervozitu. Můžeme tak předpokládat, že pokud by se klima soutěžení přeměnilo spíše na klima mistrovství, tato nervozita by se zmírnila.

Pro porovnání je přiložen profil č.2 (xx), hráčky, která není tak úspěšná, tzn. není členkou reprezentačního týmu. I u ní je však patrná vyšší míra faktorů soutěživosti a orientace na status (oproti většině ostatních faktorů).



Obě hráčky jsou členkami téhož týmu a nutno podotknout, že u všech hráček tohoto týmu byl faktor soutěživosti hodnocen nejvýše.

Mgr. Veronika Baláková, 19. 4. 2013

## Diskuse

Jedním z cílů výzkumu bylo porovnání motivační a osobnostní struktury jednotlivých hráček obou týmů. U obou týmů mají více zastoupeny faktory, které můžeme považovat za přínosné ve vrcholovém sportu, vždy pouze 4 hráčky. Stejně tak se objevují u těchto vybraných hráček vhodnější míry faktorů osobnosti jako je emoční stabilita a maskulinita. Zajímavostí je, že 4 výše zmíněné hráčky týmu SG jsou členkami a zároveň oporami také reprezentačního družstva. Naopak 4 výše zmíněné hráčky týmu kadetek nejsou členkami reprezentačního týmu. Těmi jsou však 3 hráčky dosahující nižších a tedy méně vhodných faktorů výkonové motivace, osobnostní faktory emoční stabilita a maskulinita jsou v průměru. Tyto hráčky jsou však teprve v počátcích své reprezentační kariéry, zajímavé tedy bude sledovat dále jejich hráčský vývoj.

Výsledky této přehledové studie týkající se dvou týmů hráček volejbalu ukazují, že mezi týmy nejsou velké rozdíly ve struktuře motivace k výkonu. Vysoce zastoupený faktor Soutěživosti odkazuje na zaměření osobnosti hráček tzv. na ego, tzn. hráčky ve vysoké míře vyhledávají soutěž a srovnání s jinými hráčkami, chtějí být lepší než ostatní, je pro ně důležité vyhrávat. Tento faktor, zastoupený v určité míře, je pro vrcholové sportovce určitě důležitý. Vzhledem ale k nižšímu zastoupení jiných faktorů a výraznému rozdílu mezi tímto jedním faktorem a ostatními, můžeme předpokládat, že hráčky obou týmů znají svou osobní a hráčskou hodnotu pouze na základě srovnávání se s ostatními. Oba týmy však hrají soutěže, které odpovídají vyššímu věku, než je věk jejich hráček, tudíž nedosahují vysokého počtu vítězství v sezóně. To může vést v kombinaci s faktorem Soutěživosti k demotivaci hráček, jelikož na základě srovnávání se s ostatními vycházejí často hůře. Hráčky tak nedokážou u sebe ocenit vzrůst svých individuálních výkonů, i když k nim v průběhu sezóny jistě dochází. Výše popsané koresponduje také s nižšími faktory Nebojácnosti a Důvěry v úspěch, což logicky plyne z jejich hráčské zkušenosti. Dá se také předpokládat, že hráčky spíše prožívají obavy z možného selhání, což může vést k tendenci vyhnout se neúspěchu.



Z výše uvedeného plyne doporučení nejen pro samotné trenéry obou týmů, ale také pro vedení klubu, kam oba týmy spadají, a ve kterém většina hráček působí již od žákovských kategorií. Žádoucí by bylo rozvíjet motivační klima zaměřené na mistrovství a eliminovat klima zaměřené na soutěžení, působit u hráček na orientaci na úkol spíše než na ego a na tendenci dosahovat úspěchu spíše než se vyhnout neúspěchu.

## **Závěr**

U obou týmů by bylo žádoucí poskytnout trenérům vhodnou intervenci za účelem vytváření požadovaného motivačního klimatu a dále sledovat vývoj motivační struktury jednotlivých hráček a týmů jako celku. Zajímavé by bylo získání dat od dalších týmů působících v daném klubu a potvrzení předpokladu, že motivační klima je nastaveno podobně ve všech týmech uvedeného klubu.

## **Literatura**

- Ames, C. (1992). Classrooms: Goals, structures, and student motivation. *Journal of Educational Psychology*, 84, 261-271.
- Biddle, S. J. H., Wang, C. K. J., Kavussanu, M., & Spray, C. M. (2003). Correlates of achievement goal orientations in physical activity: A systematic review of research. *European Journal of Sport Science*, 3, 1 – 20.
- Bortoli, L., Bertollo, M., Comani, S., & Robazza, C. (2011). Competence, achievement goals, motivational climate, and pleasant psychobiosocial states in youth sport. *Journal of Sports Sciences*, 29(2), 171–180.
- Isoard-Gauthier, S., Guillet-Descas, E., & Duda, J. L. (2013). How to achieve in elite training centers without burning out? An achievement goal theory perspective. *Psychology of Sport and Exercise* 14, 72-83.
- Nicholls, J. G. (1984). Achievement motivation: Conceptions of ability, subjective experience, task choice, and performance. *Psychological Review*, 91, 328 – 346.
- O'Rourke, D. J., Smith, R. E., & Smoll, F. L. (2011). Trait Anxiety in Young Athletes as a Function of Parental Pressure and Motivational Climate: Is Parental Pressure Always Harmful? *Journal of Applied Sport Psychology*, 23, 398–412.



Pensgaard, A. M., & Roberts, G. C. (2000). The relationship between motivational climate, perceived ability and sources of distress among elite athletes. *Journal of Sport Sciences*, 18, 191 – 200.

Tod, D., Thatche, J., & Rahman, R. (2012). *Psychologie sportu*. Praha: Grada.

Treasuer, D. C., & Roberts, G. C. (1995). Applications of Achievement Goal Theory to Physical Education: Implications for Enhancing Motivation. *Quest*, 47,475-489.

Sage, G. (1977). *Introduction to motor behavior: A neuropsychological approach*. Reading, MA: Addison – Wesley.

**Dedikace:** Článek vznikl v rámci programu rozvoje vědního oboru UK FTVS č. 39 Společenskovední aspekty zkoumání lidského pohybu.

