

Univerzita Karlova  
Filozofická fakulta – Katedra psychologie  
Celetná 20, Praha 1

## Posudek vedoucího diplomové práce

Název práce: Výkonová motivace a syndrom vyhoření u vrcholových sportovců

Autorka: Bc. Barbora Matějčková

Vedoucí: doc. Jiří Mudrák, PhD.  
Katedra psychologie  
Filozofická fakulta UK

**PŘÍNOS TÉMATU** je podle mého názoru velký. Vyhoření ve sportu představuje jedno z klíčových témat současné sportovní psychologie, avšak v českém kontextu mu byla věnována jen omezená pozornost. I z hlediska praktické aplikace představuje práce důležité téma a výzkum v této oblasti může přispět ke zlepšení podmínek v českém sportu.

**CÍLEM PRÁCE** bylo „zjistit, jaký je vztah mezi projevy syndromu vyhoření a jednotlivými aspekty motivace u vrcholových sportovců“. Studentka v diplomové práci předkládá kvantitativní dotazníkový výzkum zaměřený na projevy vyhoření v soutěžním sportu a na motivační prediktory, které s těmito projevy souvisí. Vychází při tom z integrativního pohledu na burnout ve sportu, který považuje rozvoj burnoutu za komplexní a dlouhodobý proces, na kterém se podílí ve vzájemné interakci celá řada sociálních a osobnostních faktorů. Tento model diplomantka dále doplňuje představením teorií a výzkumů zahrnujících oblast sportovní motivace, které jí umožňují formulovat hypotézy týkající se vztahu mezi těmito proměnnými a projevy burnoutu. Hlavními hypotézami vycházejícími z těchto teorií zde je, že aspekty motivace (např. kontrolovaná motivace, orientace na soutěž či „fixed mindset“), které zvyšují vnímané nároky a snižují psychosociální zdroje jako je autonomie či sociální podpora pozitivně souvisí s projevy burnoutu. Diplomantka v tomto teoretickém rámci implementovala několik relevantních škál měřících různé dimenze burnoutu, sportovní motivaci, cílové orientace, a mindset, realizovala sběr dat u dostatečně velkého vzorku soutěžních sportovců, analyzovala získaná data za pomoci standardních statistických metod a diskutovala hlavní zjištění a limity studie. Mé hodnocení průběhu řešení práce je pozitivní. Diplomantka v průběhu práce pracovala samostatně, včetně výběru tématu práce, k řešení přistupoval zodpovědně a se zájmem a dobře se snažila reagovat na mé připomínky a komentáře. Domnívám se, že výsledek je odpovídající a odevzdaná diplomová práce splňuje nároky kladené na diplomové práce.

**FORMÁLNÍ STRÁNKA** práce odpovídá požadavkům kladeným na diplomové práce. Práce se opírá o rozsáhlé review literatury zabývající se problematikou burnoutu a sportovní motivace a dobře naplňuje standardní strukturu diplomové práce. Za hlavní slabinu práce považuji její stylistickou stránku, práce je místy psána poněkud neobratně, myšlenky ne vždy dobře navazují a používaný jazyk někdy ne zcela odpovídá žánru vědecké práce. Díky tomu je práce z mého pohledu hůře čitelná, což poněkud snižuje hodnotu jejích zjištění.

**TEORETICKÁ ČÁST** představuje širší teoretický rámec, ve kterém popisuje burnout jako komplexní proces charakteristický přítomností negativních emocí a chybějícími pozitivními emocemi, na kterém se podílí ve vzájemné interakci sociální a motivační faktory. Zároveň jsou zde představeny některé aktuální teorie výkonové motivace ve sportu. Teoretickou část považuji za dobře strukturovanou a podrobnou, poskytující kvalitní rámec pro uvedení to problematiky burnoutu a jeho prediktorů a tvořící vhodný podklad pro následující výzkumnou část. Autorka vychází celkem z 95 převážně zahraničních zdrojů, které zpracovává do úvodu k následujícímu výzkumu.

**EMPIRICKÁ ČÁST** představuje všechny důležité aspekty výzkumného projektu, včetně metodiky výzkumu, cíle výzkumu a hypotéz, výzkumného vzorku, použitých metod, průběhu sběru dat i analýzy. V průběhu řešení autorka použila dotazníkovou baterii postihující základní negativní emoce související s burnoutem a relevantní motivační konstrukty (jako je sportovní motivace, cílové orientace či mindset). Následně proběhl sběr dat mezi sportovci účastnícími se soutěží v několika sportech, především v atletice a basketbalu, a tímto způsobem byl získán dostatečně velký výzkumný vzorek. Získaná data byla následně podrobena statistické analýze, na základě které byly ověřovány hypotézy vycházející z představeného modelu burnoutu a souvisejících motivačních teorií. Ukázala se zde důležitost některých aspektů sportovní motivace ve vztahu ke zkoumaným dimenzím burnoutu ve sportu. Domnívám se, že diplomantka realizovala kvalitní výzkum, který přinesl zajímavý vhled do některých motivačních faktorů souvisejících s burnoutem ve sportu.

**SOUHRNEM** mohu říci, že se jedná z mého pohledu o práci, která je kvalitní, založená na rozsáhlé rešerši literatury a dobře provedeném výzkumu. Poněkud hůře hodnotím stylistickou stránku práce, naopak vyzdvihuji zájem a motivaci diplomantky. Domnívám se, že práce splňuje požadavky kladené na diplomové práce, práci **hodnotím výborně a doporučuji ji k obhajobě.**

#### **Otázky k obhajobě:**

- 1) Co podle vás vyplývá z vašich zjištění pro prevenci burnoutu u vrcholových sportovců?
- 2) Jakým způsobem by se podle vás dalo na tento výzkum dále navázat?

V Praze, 19. 5. 2023

  
doc. Jiří Mudrák, PhD.