



# **SOUVISLOST MEZI VÝKONOVOU MOTIVACÍ A PROJEVY TZV. "IRONICKÝCH PROCESŮ MENTÁLNÍ KONTROLY"**

**Bc. Václav Petráš**

Tato práce je zkrácenou verzí stejnojmenné bakalářské diplomové práce, která vznikla pod vedením  
Mgr. Miroslava Šipuly

**Soutěž psychologických prací na Katedře psychologie Fakulty sociálních studií - soutěžní text**

# ÚVOD

Vztahem mezi výkonovou motivací a výkonem samotným se zabývá celá řada odborných i populárních publikací. Velmi podstatná je pak tato problematika v oblasti sportovní psychologie, neboť v dnešním světě profesionálního sportu rozhoduje o slávě, trofejích a samozřejmě i o milionových výdělcích každá maličkost. Lze však nalézt jeden

aspekt sportovního výkonu, který zůstává poněkud v pozadí - ironické procesy mentální kontroly (Ironic processes of mental control, dále jen IP). Teoretický podklad těchto procesů předložil Wegner (1994), který je poprvé popsal v souvislosti se snahou o potlačení myšlenky. I mezi širokou veřejností se dostala známá věta "nemysli na slona", která vychází právě z Wegnerovy teorie, že záměrná snaha o potlačení myšlenky vede paradoxně k jejímu opakovanému návratu. Tento a další podobné jevy popsal jako "ironickou chybu", která podle něj vzniká jako logický důsledek nedokonalého fungování naší mysli.

Ve sportovní oblasti je selhání, kdy se stane přesně to, co nechceme, aby se stalo, známý fenomén. Janelle (1999) jej ilustruje na příkladu golfisty, který se před ranou podívá na jezírko a řekne si "hlavně netrefit vodu", aby následná rána skončila právě tam. Podobně bychom pak mohli vyjmenovat řadu špičkových fotbalistů, kteří zahrávali v důležité situaci pokutový kop a nedokázali splnit ani základní předpoklad - trefit branku.

Dosavadní výzkumy o výskytu ironické chyby se zabývají především tím, u jaké části jedinců se vyskytuje, či zda souvisí s dalšími jevy (nervozita, úzkost, rozrušení). Jen minimum literatury je věnováno snaze najít příčinu toho, proč jsou někteří jedinci k této chybě náchylnější, či jakým způsobem by bylo možné zabránit jejímu vzniku. Právě v reakci na tuto mezeru v poznacích jsem se rozhodl věnovat v této práci souvislosti projevů IP a výkonové motivace. Hlavním cílem této práce je zjistit, zda existuje souvislost mezi výkonovou motivací a projevy IP

# TEORETICKÁ ČÁST

## ZÁKLADNÍ KONCEPCE IP

Člověk je tvor od přírody omylný, ovšem existují různé druhy selhání a chyb. Můžeme zakopnout při chůzi do schodů, zakoktat se při zkoušce, zapomenout koupit pečivo nebo při fotbalovém zápase v dobré pozici netrefit míč. Jeden druh chyby však vyvstává nad všechny ostatní, neboť se jedná o přesný opak našeho záměru. Tento druh chyby je pak nazýván "ironická chyba" či "ironické selhání". Právě tím, jak vznikají tato selhání, se zabývá teorie "ironických procesů mentální kontroly" (Wegner, 1994).

S ironickými procesy mentální kontroly (dále IP) a z nich vyplývajícími chybami se setkáváme v každodenním životě. Jedná se o neúspěšnou snahu docílit vědomého záměru. Můžeme se setkat s pokusy dostat se ze špatné nálady, se snahou uklidnit se při nervozitě či koncentrovat se na úkol. Tato snažení mohou ve svých důsledcích vést k přesnému opaku zamýšleného cíle - čím více se snažíme se rozveselit, tím jsme smutnější, naše snaha o uklidnění vede k větší nervozitě a záměrná snaha koncentrovat se končí rozptýlením.

Wegnerova (1994) teorie IP nabízí vysvětlení záměrných a nezáměrných efektů, které nastávají při snaze o mentální kontrolu. Podle této teorie nejsou ironická lidská selhání pouhým náhodným důsledkem chabého snažení, nýbrž jsou logicky zapříčiněny samotnou podstatou procesu mentální kontroly. Ve většině případů je naše snaha o mentální kontrolu úspěšná, protože máme k dispozici dostatek mentální kapacity. Pokud je mentální kapacita omezena (zvýšená kognitivní zátěž, stres, rozptýlení), může dojít při snaze o mentální kontrolu k ironické chybě (dojde přesně k tomu selhání, kterému jsme se chtěli vyhnout). Dostupnost mentální kapacity je tedy stěžejním prvkem úspěšné mentální kontroly.

## PROCESY MENTÁLNÍ KONTROLY

Podle teorie IP se na kontrole našeho vědomí podílejí simultánně dva procesy (Wegner, 1994, 2009). Prvním z nich je proces operativní, který je vědomý a záměrný. Právě slovo záměrný je klíčové pro celou Wegnerovu teorii, neboť i jiní autoři potvrdili, že vědomá pozornost a paměť jsou kapacitně limitovány (Kahneman a Wickens, cit. podle Janelle, 1999).

Skutečnost, že operativní proces pracuje na vědomé úrovni, jej činí náchylným vůči interferenci od jiných kognitivních procesů. Jak uvádí Janelle (1999), ne všechny vědomé procesy musí nutně pohlcovat mentální zdroje (plně zautomatizované činnosti, jako řízení auta u zkušeného řidiče, budou pohlcovat minimum zdrojů), ovšem jakýkoliv záměrný proces část mentální kapacity

absorbuje (řízení auta u nováčka, který musí záměrně analyzovat, kdy přidat plyn, kdy se dívat do zrcátek, či kdy přeřadit, bude pohlcovat velké množství mentální kapacity).

**Operativní proces** se spouští při vědomé snaze o kontrolu našeho vědomí - vyhledává a evokuje takové myšlenkové obsahy, které jsou v souladu s požadovaným stavem mysli (příkladem může být vyhledávání šťastných a veselých vzpomínek, když se snažíme zlepšit si náladu po špatném dni).

Druhým procesem, který se podílí na kontrole vědomí, je **proces monitorující** (ironický), jenž je nevědomý a není do něj možné záměrně zasahovat (Wegner, 1994). Z důvodu své automatickosti vyžaduje méně mentálního úsilí (mentální kapacity). Tento proces vyhledává takové mentální obsahy, které jsou v rozporu s požadovaným mentálním stavem (v souvislosti s předchozí ilustrací by to byly například vzpomínky na nedávné úmrtí v rodině).

Monitorující proces zjišťuje, zda je snaha o mentální kontrolu úspěšná. Pokud jsou nalezeny známky selhání, operativní proces je znovu spuštěn. V podmínkách, kdy je mentální kapacita redukována, je zároveň omezen operativní proces - monitorující proces tedy dostává více prostoru, neboť nepotřebuje tolik mentální kapacity. Při zvýšené mentální zátěži je monitorující proces schopen nalezený mentální obsah, jenž je v rozporu s požadovaným mentálním stavem, přivést do vědomí. Operativní proces v této situaci nemá k dispozici dostatek mentální kapacity k tomu, aby dokázal tento nechtěný mentální obsah potlačit a nahradit jej obsahem požadovaným. Tímto způsobem tedy mentální zátěž uvolňuje monitorující proces, který aktivuje a do vědomí přináší ty nejméně chtěné myšlenky a emoce, neboť operativní proces není schopen vynaložit dostatečnou mentální kapacitu na zajištění homeostázy (Janelle, 1999).

Jinými slovy, pokud je jedinec v situaci, kdy jeho vědomí není nadměrně zatěžováno, je většinou bez problému schopen nahradit nechtěné myšlenky těmi požadovanými. Pokud je však vědomá mentální kapacita vyčerpána jinými procesy, rovnováha mentální kontroly je vážně narušena. Za těchto podmínek může mít snaha o mentální kontrolu opačný účinek, a jedinec se ponoří právě do těch myšlenek, které se snažil vědomě potlačit (Wegner, 1994).

Na tomto místě je nutné zdůraznit, že ve většině případů je zmíněný monitorující proces velmi užitečným nástrojem lidské psychiky. Přestože se zdá být nelogické, proč je tento zdánlivě velmi škodlivý proces vůbec součástí naší mysli, je to právě on, který za nás dokáže jednoduše analyzovat nejrůznější problémy. Tento fakt lze jednoduše ilustrovat například na sportovním střelci, který se snaží o relaxaci svalů před soutěžní střelbou. Monitorující proces dokáže identifikovat svaly, které zůstávají napjaté, a zaměřuje střelcovu pozornost právě k těmto nejproblematictějším místům (Janelle, 1999).

## **EMPIRICKÉ DŮKAZY O PROJEVECH IP**

Škála oblastí, ve kterých se projevují IP, je velice široká. Z důvodu omezeného rozsahu v této verzi práce uvádím pouze příklady z oblasti pohybových aktivit a sportu.

### **IP PŘI POHYBOVÝCH AKTIVITÁCH**

Wegner, Ansfield a Pilloff (1998) zkoumali tzv. "ironický efekt pohybové kontroly". Jedná se o projev IP na pohybové činnosti. Tento experiment se zabýval tím, zda se projeví ironická chyba i u pohybové aktivity a zda bude opět souviset s nadměrnou zátěží - v tomto případě se jednalo buď o zátěž mentální (účastníci měli počítat od tisíce k nule po třech 1000, 997, 994 atd.), či o zátěž fyzickou (účastníci drželi v natažené ruce cihlu).

Procedura tohoto experimentu pak spočívala v tom, že zkoumané osoby držely v ruce zavěšené závaží a byla jim dána instrukce, aby s ním vůbec nehýbali, či aby s ním hýbali či nehýbali v určitém směru. Bylo zjištěno, že zkoumané osoby častěji hýbali závažím na ose X, pokud dostali instrukce, aby se závažím na ose X nehýbali a zároveň byli v zátěžové situaci ( $M = 0.59$ ). Naopak, pokud byli účastníci v zátěžové situaci, ale měli pouze držet závaží v klidové pozici, bylo u nich zaznamenáno méně pohybu na ose X ( $M = 0.47$ ) (Wegner et al., 1998). Zajímavým zjištěním je jistě i to, že nebyl prokázán signifikantní rozdíl mezi druhem zátěže - psychická i mentální působila srovnatelným způsobem na vznik ironického efektu.

### **PROJEVY IP VE SPORTU**

Ironická chyba je ve sportu poměrně známým fenoménem. Může se jednat o golfistu, který si řekne "hlavně netrefit jezero" a následná rána končí právě v této vodní překážce. Příkladem je i fotbalista, který je před penaltou trenérem nabádán, aby hlavně za každou cenu trefil bránu, a přesto následně svůj pokus pošle vysoko na tribuny. Špičkový tenista, který není schopen v klíčové situaci dát první ani druhé podání, přestože se celé jeho soustředění zaměřuje právě jen na bezpečný, úspěšný servis. Jelikož teorie IP nabízí možné vysvětlení těchto fatálních chyb, je jí v současné odborné literatuře věnována rostoucí pozornost.

Janelle (1999) popisuje typický příklad vlivu ironických procesů mentální kontroly na sportovní činnost na golfistovi, který zahrál špatnou první ránu. Typickým doporučením trenérů a samotných profesionálních sportovců je vyhodnocení toho, co se během posledního švihů událo špatně, tyto negativa pak odstranit a soustředit se pouze na to, co musí být při následující ráně uděláno správně. V zásadě se tedy musí golfista odpoutat od výsledku a soustředit se

pouze na úkol. Jakmile dojde ke snaze o "uzavření" negativních myšlenek, začíná rovněž jakási mentální bitva.

Golfista ví, že musí před další ranou reorganizovat své myšlenky na pozitivní a koncentrované pouze na daný úkol. Na vědomé úrovni tedy záměrný operativní proces vyhledává takové mentální obsahy, které jsou konzistentní se zamýšleným stavem mysli. Sportovec se snaží potlačit vzpomínky na poslední, zkaženou ránu. Přestože může být tato strategie zprvu efektivní, na nevědomé úrovni fungující monitorující proces vyhledává jakékoli mentální stopy, které přivedou golfistu zpět k myšlenkám na špatnou ránu (v tomto případě jsou navíc tyto stopy lehce dostupné, neboť po špatné ráně bude míček pravděpodobně ležet ve vysoké trávě, v písečné překážce či dokonce ve vodě - tato pozice je pak důsledkem špatného výkonu při předchozí ráně, a toto mentální spojení lze jen těžko ignorovat).

Monitorující proces pak tyto stopy přivádí do vědomí a operativní proces začíná být silně zatěžován odváděním golfistových myšlenek od špatné rány a snahou o nastolení pozitivního mentálního stavu. U takového golfisty pak může dojít k ironickému selhání.

Protože je golfista během hry opakovaně stavěn před stále se opakující mentální bitvy, u některých z nich se vyvine neschopnost konstruktivně zvládat selhání a znovu získat sebedůvěru. Podle Janella (1999) pak právě tento proces způsobuje jev, který je mezi profesionálními golfisty nazýván "yips" (škubnutí ruky při ráně, která způsobuje nepředvídatelný výsledek, které se nejčastěji projevuje při patování), který pro řadu golfistů znamenal konec profesionální kariéry (Mackenzie a Denlinger, 1990).

## **PROJEVY IP PŘI PATOVÁNÍ**

Výzkumy IP v oblasti sportu se zaměřují na výskyt ironické chyby za různých podmínek. Nejčastější formou měření výskytu ironické chyby je výzkum prováděný na patování. Důležitým pojmem, který se často objevuje v odborné literatuře o IP ve sportu, je "kompenzační chyba". Tato kompenzační chyba, či pouze "kompenzace", či "kompenzovaný výsledek", je důležitou součástí obdobných výzkumů, kdy jedinec reaguje na instrukci "hlavně se něčemu vyhnout" tím, že oproti svému obvyklému výkonu kompenzuje výsledek v opačném směru. Pokud se má například vyhnout zahrání příliš dlouhého patu, kompenzační chybou je příliš krátký pat. Tento pojem je tak v další části práce často používán.

Golfové patování je velmi specifickým druhem pohybové aktivity, který je silně závislý na psychice daného hráče. Wegner a kolektiv (1998) se proto rozhodli otestovat teorii ironických procesů mentální kontroly i v této oblasti. Procedura experimentu spočívala v patování golfového míčku ze vzdálenosti dvou metrů. Úkolem účastníků bylo zahrát míček co nejbližší určenému cílovému bodu. Každý

účastník měl možnost si nejprve tento úkol několikrát vyzkoušet, a poté byl vyzván, aby umístil svůj pat co nejbližší určenému bodu. Druhou instrukcí pak bylo to, aby umístil svůj pat co nejbližší danému bodu, ovšem aby byl opatrný a bod nepřehrál. Část zkoumaných osob si navíc musela v průběhu experimentu zapamatovat šestimístné číslo, což simulovalo zvýšenou mentální zátěž.

Výsledky ukázaly, že při zvýšené mentální zátěži docházelo k signifikantně většímu přehrávání bodu za instrukce "hlavně nesmíte přehrát bod" oproti patu s jednoduchou instrukcí - experimentální pat byl tedy paradoxně delší, než pat kontrolní. Toto zjištění bylo opět v souladu s teorií ironických procesů mentální kontroly. Autoři však neposkytli přesné informace o počtu účastníků, u kterých se projevila ironická chyba. Důkazem o projevu IP byl nárůst výskytu ironické chyby při zvýšené mentální zátěži. Dá se však očekávat, že ironická chyby se neprojevila u všech zkoumaných osob. V podobných výzkumech, které se zabývaly IP v oblasti sportu, se obvykle ironická chyba vyskytuje přibližně u dvaceti až padesáti procent účastníků (Peña, Murray a Janelle, 2008; Binsch et al., 2009, 2010; Woodman a Davis, 2008).

Další výzkum se opět zabýval ironickou chybou při patování (Peña et al., 2008). Autoři tohoto výzkumu však zvolili jiný design - při každé z různých instrukcí měl účastník výzkumu deset pokusů (v předchozím výzkumu měl účastník při experimentálním pokusu jen jeden pokus). Celkově došlo v tomto výzkumu podstatně častěji ke kompenzaci (chyba v opačném směru, než které se má jedinec vyhnout) než k ironické chybě. Autoři však, dle mého názoru, nedokázali tyto výsledky správně interpretovat, neboť stavěli výsledky svého výzkumu do opozice vůči Wegnerovým zjištěním. Autoři Binsch a kol. (2009) však zdůrazňují, že do teoretického konceptu IP nezapadají jen ironické chyby, ale také správně provedené paty a paty kompenzované. Z teorie IP nevyplývá, že se ironická chyba musí projevit u každého jedince a v každé zátěžové situaci, nýbrž spíše podává vysvětlení, proč se u některých jedinců v určité situaci ironická chyba objeví.

Ve zmíněném výzkumu (Peña et al., 2008) autoři analyzovali kromě celkového průměru všech patů i samostatně výsledky pouze prvního patu po zadání ironické instrukce. Při nadměrné mentální zátěži se ironická chyba objevila u třiceti sedmi procent jedinců, bez zvýšené mentální zátěže šlo o dvacet procent jedinců (Peña et al., 2008). Tyto výsledky jsou zcela v souladu s podobnými výzkumy, kdy se ironické chyby při experimentech na sportovních činnostech vyskytují jen u části jedinců (viz. výše). Podstatným zjištěním je však i to, že se ironická chyba vyskytuje u některých jedinců i bez uměle zvyšované mentální zátěže (nutnost pamatovat si číslo apod.). Podobné výsledky přinesl například i výzkum, který se zabýval IP při zahrávání pokutových kopů (Binsch et al., 2010). Ironickou chybu tam vykázalo 43 procent jedinců i přesto, že v tomto experimentu nebyla uměle navozována mentální zátěž.

V návaznosti na tuto problematiku se autoři Woodman a Davis (2008) ve svém výzkumu zabývali tím, zda se bude vyskytovat ironická chyba při patování i bez využití umělé, "laboratorní" mentální zátěže, nýbrž s využitím zátěže "přirozené". Účastníci podstoupili obvyklou proceduru cvičných a kontrolních patů a před posledním, experimentálním patem, jim bylo sděleno, že pokud se jim podaří umístit míček na cílový bod, obdrží padesát liber. Účastníkům byla měřena tepová frekvence a během jednotlivých fází byli zároveň požádáni o slovní ohodnocení své úzkosti. Ironická chyba se signifikantně projevila jen u účastníků, kteří při slovní výpovědi tvrdili, že se u nich před "soutěžním" patem nezvedla úzkost, ale naměřená tepová frekvence se výrazně zvedla.

Výzkumníci (Woodman a Davis, 2008) označili tuto skupinu jako "represory", a vysvětlili jejich náchylnost k ironickým chybám tak, že jejich snaha o zamaskování úzkosti, ať už jen před okolím, či před nimi samotnými, zabírá velkou část mentální kapacity, která je potřeba pro úspěšné fungování operativního procesu mentální kontroly.

Tento výzkum nejlépe reprezentuje současný trend v empirické literatuře, která se zabývá IP v souvislosti se sportovními činnostmi, kdy už není hlavní pozornost upřena na dokazování existence ironických chyb a správnosti teorie IP, nýbrž spíše na hledání souvislosti vzniku ironických chyb s dalšími psychologickými jevy.

## **VÝKONOVÁ MOTIVACE**

Výše popsaná ironická chyba je velice specifickým druhem selhání. Je to chyba speciální, vysoko čínící nad "obyčejná" selhání. Ironická chyba vzniká svým vlastním jedinečným způsobem a proto lze předpokládat, že její vlastnosti ve vztahu k dalším psychologickým jevům budou jiné, než u normálních selhání. Vysvětlení vzniku chyb při výkonu bylo věnováno již mnoho teorií, modelů a výzkumů. V každé učebnici psychologie má své místo například Yerkes - Dodsonův zákon o optimální úrovni aktivace, podle nějž dochází ke zhoršenému výkonu a tudíž k chybám v případě, kdy je aktivace příliš nízká, či pokud je naopak příliš vysoká a tudíž je překročena optimální úroveň aktivace. Velmi populární je v současnosti teorie "explicitního monitorování", podle níž dochází k selhání v případě, kdy se jedinec vědomě soustředí na provedení úlohy, kterou však již má plně ovládnutou a obvykle se na její provedení vůbec nekoncentruje (Beilock a Carr, 2001).

Výčet dalších modelů, které se zabývají vysvětlením špatného výkonu, by mohl být velmi dlouhý a není předmětem této práce. Podstatné je to, že je výkonové motivaci v souvislosti s výkonem přikládán velký význam. Výzkumy souvislostí mezi motivací a různými jevy, které ovlivňují výkonnost, se týkají například úzkostnosti, nabuzení, stanovování cílů, negativity vnitřní řeči, sebedoceňování, neuroticismu a mnoha dalších jevů (Elliot a McGregor, 2001;



Baranik et al., 2010; Ntoumanis et al., 2009; Conroy, Elliot a Hofer, 2003; Hagger a Chatzisarantis, 2007).

Mnoho autorů z oblasti sportovní psychologie, kteří se zabývali některou z výše zmíněných problematik, tak činili proto, že se snažili najít ideální formu výkonové motivace pro sportovce. Napříč odbornou i laickou literaturou lze podle mě najít vcelku jasný konsensus - sportovec by se měl motivovat pozitivně, snažit se plně ovládnout svůj výkon a soustředit se pouze na něj. Neměl by myslet negativně, ustrašeně a bát se selhání. Měl by mít vždy aktivní přístup a nesnažit se jen vyhnout chybám. Britský žurnalista Matthew Syed (2011), bývalý slavný sportovec a autor několika publikací o metodách tréninku, shrnul všechna doporučení, jak se vyhnout ve sportu selhání pod tlakem, do věty: "Just do it!" (Prostě to udělej).

Cílem této práce není polemizovat s těmito tvrzeními, neboť jejich podpora je skutečně masivní, ale je nutné si uvědomit, že se jedná o předpoklady týkající se výkonu v "obvyklé zátěžové situaci". Otázkou ale je, zda jsou tyto premisy platné i v situaci, kdy je jedinec nucen podat výkon s vědomím, že hlavně nesmí dojít k jedné konkrétní chybě. Tedy, co když hrozí sportovci ironická chyba? Je stále snaha o pozitivní přístup, koncentrace pouze na vlastní výkon a potlačování strachu a obav nejlepším možným motivačním přístupem? Odpověď na tuto otázku se snažím předložit v empirické části při stanovení hypotéz a její správnost ověřuji vlastním výzkumem.

Z důvodu zachování přehlednosti textu jsem se rozhodl nezabývat se v rámci této práce obecně motivací, nýbrž jen konceptem výkonových cílů. Jak uvádí Elliota a Thrash (2001), převládá při uvažování o výkonové motivaci od osmdesátých let právě optika výkonových cílů. Tento přístup vychází z jednoduché premisy, že většina lidských činností je záměrná a tudíž řízena vědomými cíli. V roce 1995 dokonce identifikoval "National Advisory Mental Health Council" (Národní poradní rada duševního zdraví) další výzkum výkonových cílů jako jednu z nejdůležitějších součástí vědeckého zkoumání emocí a motivace (Elliot, 1999).

Pro konkrétní potřeby této práce jsem zvolil model 2 x 2 výkonových cílů Elliota a McGregorové (2001). Hlavním důvodem je jeho úspěšná aplikace ve výzkumech z oblasti sportovní psychologie (Elliot a McGregor, 2001; Baranik et al., 2010; Ntoumanis et al., 2009; Conroy, Elliot a Hofer, 2003; Hagger a Chatzisarantis, 2007). Další výhodou tohoto modelu je to, že nepracuje s výkonovou motivací jako s osobnostním rysem, nýbrž zdůrazňuje situační kontexty. V neposlední řadě pak jednotlivé dimenze tohoto modelu mají podle mě přímou souvislost s teorií IP. Tuto souvislost popisují ve zvláštní části práce.

V modelu 2 x 2 výkonových cílů Elliota a McGregorové jsou výkonové cíle rozděleny do dvou dimenzí: podle toho, jak je určitá kompetence definována, a

podle její valence (viz tabulka č. 1). Kompetence může být definována několika způsoby. Stěžejním bodem, od kterého se tato definice odvíjí, je typ standardu či referentu, který je použit při evaluaci kompetence. Podle hierarchického modelu výkonové motivace mohou být identifikovány tři standardy evaluace: absolutní standard, intrapersonální standard a normativní standard. Kompetence tedy může být hodnocena, a tudíž definována, podle toho, zda si jedinec perfektně osvojil daný úkol (absolutní kompetence), zda jedinec zlepšil svůj výkon (intrapersonální kompetence), či zda jedinec podal lepší výkon než ostatní (normativní kompetence). Absolutní a intrapersonální kompetence pojí podle Elliota a McGregorové (2001) mnoho konceptuálních i empirických podobností a často se zdají být neodlišitelné (například učení se nové informace reprezentuje jak osvojování daného úkolu tak i zlepšování vlastních vědomostí). Proto se rozhodli s těmito dvěma koncepty pracovat jako s konceptem jedním. Takto redukovány pak tyto dvě zbylé varianty kompetencí reflektují tradiční rozlišení na schopnostní a performanční, známé například z teorie Dweckové a Nichollse (1983).

### Definice kompetence

		Zvládnout, osvojit si (mastery)	Předvést (performance)
		<b>Valence kompetence</b>	Přiblížení se/snaha (approach)
	Vyhnutí se (avoidance)	<b>Schopnostní vyhýbavý cíl (Mastery-avoidance)</b>	<b>Performanční vyhýbavý cíl (Performance-avoidance)</b>

Tabulka č. 1.: 2 x 2 model výkonových cílů (zpracováno podle Elliot a McGregor, 2001, popis podle Kozelka, 2010, příklady cílů podle Kuračka, 2008)

Druhou dimenzí kompetence je v tomto modelu valence, tedy rozlišení na snahový a vyhýbavý přístup (approach-avoidance). Výkonová motivace může být zaměřena buď na dosažení pozitivních, žádoucích možností (snaha), či může být zaměřena na vyhnutí se negativním, nežádoucím možností (vyhýbání). Tato dimenze byla v oblasti výkonových cílů dlouhou dobu opomíjena, mimo jiné Elliot a Thrash (2001) jí však považují za stejně podstatnou, jako dimenzi definiční. Model 2x2 tedy definuje čtyři různé výkonové cíle (viz. tabulka č. 2).

Tabulka č. 2.: Základní charakteristika výkonových cílů

Výkonový cíl	Charakteristika výkonového cíle
Schopnostní snahový	Snaha o dokonalé zvládnutí úkolu či o zlepšení dovedností
Schopnostní vyhýbavý	Snaha o udržení dosažené úrovně zvládnutí úkolu, o udržení dovedností či znalostí, snaha o vyhnutí se chybování
Performanční snahový	Snaha o dosažení lepších výkonů v porovnání s ostatními
Performanční vyhýbavý	Snaha o to nedosáhnout horších výsledků, než ostatní

V empirické literatuře se autoři do vzniku modelu 2 x 2 výkonových cílů soustředili pouze na tři z výše uvedených konceptů - schopnostní snahu, performanční snahu a performanční vyhýbání. Elliot a Thrash (2001) uvádějí, že koncept schopnostního vyhýbání byl poměrně dlouhou dobu přehlížen proto, že se na první pohled zdá být v rozporu s intuitivním uvažováním o motivaci. Výzkumy však potvrzují, že i tento výkonový cíl je právoplatně součástí modelu výkonové motivace, neboť byla pomocí analýzy prokázána jeho konstruktová validita (Elliot a McGregor, 2001; Baranik et al., 2010).

Zatímco schopnostní snaha, performanční snaha a performanční vyhýbání jsou jako konstrukty poměrně snadno pochopitelné a intuitivní, koncept schopnostního vyhýbání je, dle mého názoru, nutné přiblížit detailněji.

Schopnostní vyhýbavé cíle jsou dle Elliota a Thrashe (2001) poměrně obvyklé například u starších lidí. S postupným stárnutím organismu se totiž fyzické a někdy i mentální síly začínají zmenšovat. Mnoho jedinců při sledování tohoto procesu zaujme přístup "vyhnout se další ztrátě svých schopností". Podobný cíl si mohou stanovit třeba i špičkoví sportovci či studenti, kteří se soustředí na maximalizaci svého potenciálu, ale v jistém bodě sami uvažují o tom, zda již nedosáhli vrcholu svých sil. Jedná se o jedince, kteří se obávají, že jsou již "za zenitem". Přístup takových jedinců by pak byl "vyhnout se tomu, abych si vedl hůře, než v minulosti". Mezi schopnostní vyhýbavé cíle se řadí i takové přístupy, které volí perfekcionisté - "nesmím udělat ani jednu chybu".

Výzkumy výkonových cílů se zaměřují především na to, jakým způsobem jednotlivé cíle ovlivňují jedincův výkon. Právě tato problematika je zásadní pro tuto práci. V odborné literatuře panuje obecná shoda v tom, že adopce schopnostních snahových výkonových cílů souvisí s řadou pozitivních důsledků, k nimž patří zejména silná vnitřní motivace a pozitivní přístup k výkonu a tréninku. U performančních snahových cílů je jejich souvislost s dalšími psychologickými důsledky stále předmětem odborné debaty. V posledních letech se však prosazují empirické důkazy o tom, že adopce těchto cílů obecně souvisí s podáním dobrého výkonu (Ntoumanis et al., 2009).

Performanční vyhýbavé cíle jsou spojovány s úzkostí, špatnými výkony a povrchním učením. Schopnostní vyhýbavé cíle pak podle Elliota a McGregorové (2001) souvisí s pozitivnějšími motivačními důsledky než performanční vyhýbavé cíle, ale s negativnějšími motivačními důsledky oproti schopnostním snahovým cílům.

## **MODEL 2X2 V OBLASTI SPORTOVNÍ PSYCHOLOGIE**

Model 2x2 výkonových cílů Elliota a McGregorové byl přijat pozitivně a začal se intenzivně využívat při výzkumech výkonové motivace. Přestože se původně tento model aplikoval převážně na psychologii ve vzdělávání, v posledním desetiletí se začal ve větší míře používat i ve sportovní psychologii (Ntoumanis et al., 2009).

Pokud se na jednotlivé kategorie výkonových cílů modelu 2x2 podíváme z pohledu sportovní psychologie, lze vypožorovat, že všechny čtyři konstrukty mají své typické představitele. Podle Haggera a Chatzisarantise (2007) jsou schopnostní snahové cíle zvláště markantní u sportovců, neboť zlepšování vlastních schopností a dokonalé ovládnutí dané činnosti bývá ve sportu často kladeno jako nejpodstatnější hodnotící kontext. Podobně je tomu u performančních snahových cílů, které se díky typicky soutěživému sociálnímu prostředí vyskytují mezi sportovci velmi často. Performanční vyhýbavé cíle se pak dají očekávat u sportovců ve velmi soutěživém sociálním prostředí, kteří se však orientují zvláště na vyhnutí se neúspěchu. Schopnostní vyhýbavé cíle jsou pak typické u perfekcionistů, sportovců, kteří se vracejí ke sportu po zranění, stárnoucích jedinců či v situacích, kdy má sportovec soutěžní výhodu a snaží se "hrát na jistotu" a nedělat závratné chyby.

Je třeba zdůraznit, že jednotlivé výkonové cíle nelze chápat jako oddělené kategorie. Při výkonové situaci se lidská motivace většinou do jisté míry skládá ze všech čtyř druhů výkonových cílů. Tomuto faktu je přizpůsobena i metodika měření výkonových cílů, konkrétně pak dotazník AGQ (Achievement goals questionnaire), vytvořený Elliotem a McGregorovou (2001) a jeho obdoba AGQ-S (Achievement goals questionnaire for sport), která je určena pro výzkumy ve sportovní oblasti (Conroy, Elliot a Hofer, 2003). Jedná se o dotazník s dvanácti položkami (pro každou z kategorií tři), ke kterým jedinci na sedmibodové škále vyjadřují míru svého souhlasu. Tato metoda měření umožňuje analyzovat souvislost mezi mírou orientace na jednotlivé výkonové cíle u jedinců s dalšími jevy.

## SOUVISLOST MEZI TEORIÍ IP A VÝKONOVOU MOTIVACÍ

V této práci jsem se rozhodl věnovat výzkumu souvislostí mezi IP a výkonovou motivací. Přestože zatím nedošlo k přímému zkoumání souvislosti mezi výkonovou motivací a projevy IP, na nutnost zabývat se v budoucích výzkumech s tematikou chybování ve sportu i motivací jedinců již upozornili například Peňa a kol.(2008). V následující části se snažím detailně popsat důvody, proč lze očekávat souvislost mezi výkonovou motivací jedinců (konkrétně jejich mírou orientace k jednotlivým výkonovým cílům) a jejich náchylností k ironické chybě.

Jak jsem již dokumentoval výše, ve výzkumech z oblasti IP ve sportu se ukazuje, že ironické chyby produkuje jen část jedinců. Autoři však zatím nedokázali přinést vysvětlení, proč tomu tak je. Přestože dochází k posunu ve zkoumání IP od pouhého dokazování existence tohoto fenoménu směrem ke zjišťování souvislostí s dalšími proměnnými, jedná se stále spíše o zkoumání průvodních jevů, než o hledání příčin náchylnosti části jedinců k ironickým chybám ve sportovní činnosti. Příkladem může být již zmiňovaný výzkum, analyzující souvislost IP a úzkostnosti (Woodman a Davis, 2008), či výzkum, který hledal souvislost mezi výskytem ironické chyby a délkou pohledu na cílový bod před patováním (Binsch et al., 2009).

Dalším logickým krokem ve výzkumu IP ve sportovní oblasti je podle mě hledání příčin toho, proč k ironickým chybám dochází jen u části jedinců. Jelikož se výzkumy IP provádějí na různých sportovních činnostech (patování, zahrávání penalt, apod.), při kterých je jedincům zadán určitý úkol, je podle mě nutné zabývat se tím, jakým způsobem jedinci k zadanému úkolu přistupují. Považuji za nutné zjistit, jaký je jedincův záměr (cíl) při angažování se v této výkonové situaci, a analyzovat, zda existuje souvislost mezi tímto přístupem a výskytem ironických chyb. Při detailnějším rozboru teoretických a empirických poznatků o IP a výkonových cílech lze dojít k některým závěrům, které legitimizují předpoklad o souvislosti mezi IP a výkonovou motivací.

### SOUVISLOST MEZI IP A VALENČNÍ DIMENZÍ VÝKONOVÝCH CÍLŮ

Jak upozorňuje Brendl (2001), jedinec s vyhýbavým výkonovým cílem se nemusí od jedince se snahovým výkonovým cílem lišit ve stanovení očekávaného výsledku, ale vždy se liší v přístupu k úkolu a jeho hodnocení. Jinými slovy, i jedinec, který se snaží vyhnout chybě, si může stanovit stejný cíl, jako jedinec, který se soustředí na dosažení úspěchu, liší se však tzv. **ohniskem regulace** - lidé tíhnou k využívání snahových cílů, pokud je jejich ohniskem regulace "**promotion**" (podpora, povýšení, podněcování). U jedinců s ohniskem "**security**" (bezpečí, jistota) je příklon k využívání vyhýbavých cílů.

Podstatný je fakt, že pokud je určitý cíl spojen s tím, co by měl jedinec v ideálním případě udělat, spojuje se s ním ohnisko "promotion". Naopak, pokud je cíl definován na základě toho, co by jedinec neměl udělat, spojuje se s ním ohnisko "security". Jelikož při výzkumech IP dochází k zadání tzv. ironické instrukce, která obsahuje jak cíl ideální (trefit přesně cílový bod) tak i cíl negativní (hlavně nesmíte přehrát daný bod), záleží na jedinci, které ohnisko u něj v dané situaci převládne. Podle Brendla (2001) jedinci se zaměřením na ohnisko "promotion" vnímají cíl skrze přítomnost či absenci úspěchu (úspěch/ne-úspěch či zisk/ne-zisk), jedinci se zaměřením na ohnisko "security" vnímají cíl skrze přítomnost či absenci neúspěchu (selhání/ne-selhání či ztráta/ne-ztráta).

Tabulka č. 3.: Rozdílné hodnocení úlohy z hlediska optiky zisku či ztráty

<b>Hlavní složky úlohy, při které může dojít k projevům IP</b>		
<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>
Primární úkol (udělejte XYZ)	Sekundární úkol (Při plnění A hlavně neudělejte C)	Stanovený nejhorší možný výsledek úkolu A
<b>Rozdílná interpretace úlohy optikou zisku a ztráty</b>		
<b>Promotion - optika zisku</b>	<b>Průběh úkolu</b>	<b>Security - optika ztráty</b>
Definován maximální zisk, vše ostatní ne-zisk	<b>Zadáno A</b>	Definována minimální ztráta (ne-ztráta)
Zisk zůstává stále A	<b>Zadáno B</b>	Nově definována maximální ztráta
Nehraje podstatnou roli, z hlediska zisku je důležité jen splnění A	<b>Zpracování C</b>	Hraje zásadní roli, B je nyní z hlediska ztráty podstatnější než A

Z hlediska výzkumu IP na sportovní činnosti tedy u jedinců, kteří volí vyhýbavý přístup (se kterým se pojí regulační ohnisko "security"), dochází podle Brendla (2001) již při stanovení základního úkolu při výzkumu - zahrát míček co nejbližší danému bodu - k zarámování situace skrze optiku selhání. Pokud míček zahrají blízko cílového bodu, budou tento výsledek vnímat jako "ne-selhání", jiný výsledek bude interpretován jako "selhání". Při obdržení ironické instrukce (hlavně nesmíte daný bod přehrát) je jim jasně definována nejhorší možná chyba v daném úkolu. Jelikož je právě selhání u těchto jedinců základním referenčním

bodem, budou vzniklou situaci interpretovat na základě možné ztráty (náznornější grafické schéma tohoto a dalších níže popsaných principů obsahuje tabulka č. 3)

Pokud je úkol stanoven spolu s jistým varováním, čemu by se měli jedinci vyhnout, zůstává primární cíl, a tedy i největší úspěch v tomto úkolu, zahrání patu přesně na cílový bod. Pro tyto jedince je však vlastní optika "výskytu či absence ztrát", a nikoli "výskytu či absence zisků". Největší ztrátou a tudíž největší chybou je nově definované přehrání cílového bodu. "Ne-selhání" je pak v referenci k této maximální chybě umístění míčku kamkoli jinam, než za daný bod. Z hlediska výskytu či absence ztrát tak pro tyto jedince nastává zcela nová situace, ve které hraje zásadní roli pro ně tak podstatné nejhorší možné selhání (přehrání bodu). Lze proto očekávat, že jedinci s vyhýbavým přístupem budou negativní ironickou instrukci vědomě zpracovávat, neboť se jedná o zásadní informaci z hlediska jejich interpretace výkonové situace.

V souvislosti s teorií IP je to, že možnost ironického selhání, tedy možnost že přehrají bod, je pro jedince v dané situaci důležitým referenčním prvkem, velmi podstatné. (důležitost tohoto faktu vysvětlují níže).

U jedinců s aktivním, snahovým přístupem (se kterým se pojí regulační ohnisko "promotion"), dochází k rámování podobné situace skrze optiku "zisku" (úspěchu) (Brendl, 2001). Pokud je jim zadán výše uvedený úkol, je umístění míčku do blízkosti cílového bodu vnímáno jako "zisk" (úspěch). Jakýkoli jiný výsledek je vnímán jako "ne-zisk" (ne-úspěch). Při ironické instrukci pak u těchto jedinců nedojde ke změně hlavního referentu - jediným objektivním úspěchem při tomto úkolu stále zůstává umístění míčku na cílový bod, cokoli jiného je "ne-úspěch". Zahrání příliš krátkého patu není objektivním úspěchem, neboť se jedná o "ne-ziskový" pat.

Tyto lingvisticky složité věty lze lépe ilustrovat na reálnějším příkladu (v Příloze č. 1 a č. 2 je možné najít ilustrativní grafické znázornění tohoto příkladu). Představme si situaci, kdy čeká golfistu rána na malý green (jamkoviště, nížce střižená travnatá plocha, v níž je jamkový důlek), vedle něhož je na levé straně jezero. Hráč je dostatečně blízko na to, aby hrál ránu na green, a zasáhnutí greenu je tedy bráno jako primární cíl (podobně jako je ve výzkumech stanoven jedincům cíl, aby zahráli míček na cílový bod). Objektivním úspěchem je tedy rána na green. Rána, která dopadne vpravo od greenu, je sice rozhodně lepší variantou, než dopad míčku nalevo od greenu, ale objektivně tato rána není úspěšná. Jedná se o vyhnutí se nejhorší variantě, největšímu možnému selhání.

Z hlediska výše popsaných principů by golfista mohl interpretovat tuto situaci buď skrze přítomnost/absenci zisku, či skrze přítomnost/absenci ztráty. Z pohledu snahy o zahrání míčku na green je rána do vody stejným ne-ziskem, jako rána mimo green v opačném směru. Obě varianty vykazují absenci zisku. Naopak, z hlediska ztráty je možné při snaze o ránu na green odlišit tři varianty:

rána na green - absence ztráty, rána napravo od greenu - přítomnost menší ztráty, rána do vody - přítomnost největší ztráty.

Jedinec s vyhýbavým výkonovým cílem, jehož hlavní snahou bylo vyhnout se při ráně na green jezeru (které reprezentuje největší ztrátu), si nemůže po následné výborné ráně na green říci: "Výborně, hodně jsem to nezkazil!", ale jediné "výborně, nezkazil jsem to". Podobně jedinec s cílem, který usiloval o co nejlepší ránu na green (tedy o maximální zisk), nemůže po ráně do vody říci: "Tato rána byla velmi nezisková", nýbrž "Tato rána nebyla úspěšná". Z tohoto hlediska tedy nelze odlišit "více neziskovou ránu" do vody a "méně neziskovou ránu" napravo do greenu - obě jsou neziskové, tedy neúspěšné.

Podle Brendla (2001) je tedy možné určovat velikost zisků a ztrát. Není však možné určovat co je větší "ne-zisk" či "ne-ztráta", neboť se jedná o absenci zisku či ztráty. Z tohoto pohledu tedy jedinci se silnou orientací na snahový výkonový cíl při obdržení ironické instrukce (například: "umístěte pat na daný bod, ale dejte si pozor, ať cílový bod nepřestřelíte") nebudou měnit interpretaci tohoto úkolu. Při interpretaci z pohledu přítomnosti či absence "úspěchu" se jedná stále o stejný úkol, kdy umístění patu na daný bod je úspěchem, neumístění patu na daný bod je ne-úspěchem. Ironická instrukce, která zdůraznila jeden neúspěch (selhání), není v souladu s rámováním, které je pro tyto jedince typické. "Úspěch" zůstává stejný, a hraje pro tyto jedince mnohem důležitější roli než "neúspěch". Proto lze u těchto jedinců očekávat ignoraci či potlačení ironické instrukce a zvolení stejného přístupu k patu, který následuje po ironické instrukci, jako v předchozích případech, při patech bez ironické instrukce.

Toto rozdílné zpracování ironické instrukce u snahových a vyhýbavých výkonových cílů hraje klíčovou roli v souvislosti s teorií IP. Zatímco u jedinců s vyhýbavým výkonovým cílem lze na základě teoretických poznatků očekávat, že ironická, negativní instrukce bude vědomě zpracována a bude sloužit jako zásadní referent pro vyhodnocení přístupu k danému úkolu, u snahové kategorie lze očekávat potlačení negativní instrukce a snahu o pozitivní přístup.

V tomto smyslu je nutné zdůraznit, že pokud je jedinci sdělena a tím pádem do vědomí přivedena myšlenka "hlavně nesmíte tento bod přehrát", jde sice o negativní myšlenku, ale nejedná se o dostatečnou záminku pro spuštění IP. Hall se spolupracovníky (1999) zdůrazňují, že k ironické chybě vede snaha o potlačení negativní myšlenky, nikoli její akceptace, která podle autorů naopak může vést k jakési "imunitě" vůči ironické chybě. To, že si golfista řekne "hlavně nesmím trefit jezero" ještě nepovede k ironické chybě. Záleží na dalším mentálním zpracování této myšlenky. Akceptace negativní myšlenky neznamená lpění na ní, ale její nepotlačování a konstruktivní zapojení do mentálního procesu.

Záminkou pro vznik ironické chyby by tedy bylo teprve to, že by se jedinec záměrně a vědomě snažil o mentální kontrolu - pokoušel by se potlačit negativní



myšlenku a nahradit ji myšlenkou pozitivní (například: "nepřehraješ to, věř si, jen se tě snaží rozhodit, předtím jsi to skoro zvládl, teď už to dáš přesně na ten bod"), případně by se snažil negativní myšlenku zcela ignorovat a soustředil se pouze na stanovený cíl.

V takovém případě dochází k záměrnému potlačení negativní myšlenky. Jedině v tomto okamžiku dochází ke spuštění IP, které mohou vést k ironické chybě. Záměrný operativní proces se snaží vyhledat takové mentální obsahy, které jsou v souladu s požadovaným mentálním stavem (požadovaný mentální stav je v tomto případě pozitivní přístup k úkolu, související s potlačením negativního přístupu - možnosti, že bude bod přehrán). Zároveň je spuštěn nevědomý, monitorující proces, který vyhledává takové mentální obsahy, které jsou v rozporu s požadovaným mentálním stavem. Při zvýšené mentální zátěži pak může dojít k disharmonii operativního a monitorujícího procesu, operativní proces by se nebyl schopen kapacitně vyrovnat procesu monitorujícímu, což by mohlo vést ke vzniku ironické chyby.

Pokud by se tato úvaha brala do důsledků, znamenalo by to, že se u jedinců se silnou orientací na vyhýbavé výkonové cíle nebude vyskytovat ironická chyba, neboť u nich nedochází k potlačení negativní myšlenky. S touto myšlenkou naopak na vědomé úrovni konstruktivně pracují. Při opačném uvažování se pak ironická chyba bude vyskytovat u jedinců se silnou orientací na snahové výkonové cíle, neboť se u nich dá očekávat snaha o potlačení negativní myšlenky, což je nezbytná podmínka pro případný výskyt ironické chyby.

Jak jsem však zdůrazňoval již při představení modelů výkonové motivace, jedinci jsou ve výkonových situacích motivováni různými výkonovými motivy. Nelze tedy říci, že každý jedinec, který vykáže náchylnost ke snahovému výkonovému cíli bude vykazovat ironickou chybu a naopak žádný jedinec, který vykáže silnou orientaci na vyhýbavé výkonové cíle nebude vykazovat ironickou chybu. Dle mého názoru však na základě výše uvedeného propojení teoretických poznatků o IP a výkonových cílech lze legitimně očekávat souvislost mezi těmito proměnnými. Čím silněji budou jedinci orientováni na jeden ze snahových cílů, tím častější bude výskyt ironických chyb. Naopak, čím silněji budou jedinci orientováni na jeden z vyhýbavých cílů, tím méně budou vykazovat ironické chyby.

Je možné přidat ještě další argumenty pro předpoklad souvislosti valenční dimenze výkonových cílů a IP. U obou kategorií vyhýbavého výkonového cíle z modelu 2 x 2 byla výzkumně prokázána zvýšená tendence k redukci snahy ve výkonové situaci (Gardner a Moore, 2006; Chen et al., 2009).

Toto zjištění opět může souviset s teorií IP. Pokud jedinec nevyvalí dostatek snahy, k ironické chybě nemůže vůbec dojít. Záměrná snaha o mentální kontrolu se dá očekávat u jedinců, kteří se budou primárně pokoušet splnit zadaný cíl (v případě výzkumu na patování tedy umístit míček na cílový bod). Tito jedinci se ve větší míře pokusí potlačit myšlenku na možnou chybu, která jim byla

představena, a může tak u nich dojít k ironické chybě. U jedinců, kteří mají tendenci k redukci snahy, lze očekávat, že budou při experimentálním patu plnit spíše cíl sekundární (nesmíte přehrát daný bod). Záměrně nechat pat krátký a vyhnout se tak zdůrazňované chybě je z hlediska vynaloženého úsilí úkol jednodušší, než trefit přesně zadaný bod - jeho splnění tedy stojí méně úsilí. Pokud je jedinec se silnou orientací na vyhýbavé výkonové cíle, který souvisí s redukcí snahy, postaven před tuto volbu, pravděpodobně zvolí cestu nejmenšího úsilí - nedojde tak ke snaze o potlačení negativní myšlenky a nebude aktivována záměrná snaha o mentální kontrolu (jedinec bude jednoduše plnit instrukci "hlavně nesmíte přehrát daný bod").

Tímto způsobem by mohl být vysvětlen i obvykle velký počet kompenzovaných výsledků, které jsou při výzkumech zaznamenány. V tomto smyslu uvažovali i Peňa a kolektiv (2008), kteří uvedli, že je možné spojovat vysoký počet kompenzací s tím, že jedinci nebyli motivováni k plnění primárního cíle a jednoduše plnili pokyny výzkumníků, aby se nedopustili určité chyby. V důsledku toho pak dojde ke kompenzační chybě.

## VÝZKUMNÁ ČÁST

### CÍL VÝZKUMU

Hlavním cílem výzkumu, který je blíže představen v následující části, bylo zjistit, zda existuje souvislost mezi výkonovou motivací a projevy IP. Jelikož tento vztah ještě nebyl výzkumníky přímo zkoumán, jedná se o prvotní studii, která má přinést empirické podklady pro další zkoumání této problematiky.

Konkrétně je pak cílem tohoto výzkumu nalézt vztahy mezi mírou orientace k jednotlivým výkonovým cílům a mírou projevu ironické chyby při patování. Tento vztah je analyzován jak na výkonu samotném, tak na porovnání výkonu v situaci, kdy lze předpokládat vznik ironické pohybové chyby, s výkonem v situaci, kdy by vznik této chyby hrozit neměl. Vztahy mezi sledovanými proměnnými budou analyzovány za pomoci korelačního koeficientu, podle něžž budou blíže upřesněna jeho specifika.

### VÝZKUMNÉ HYPOTÉZY

**H1.1: Vyšší míra orientace na schopnostní snahový výkonový cíl souvisí s větší délkou experimentálního patu.**

**H1.2 : Vyšší míra orientace na schopnostní snahový výkonový cíl souvisí s vyšší mírou výskytu ironické chyby.**

**H2.1 : Vyšší míra orientace na schopnostní vyhýbavý výkonový cíl souvisí s menší délkou experimentálního patu.**

**H2.2 : Vyšší míra orientace na schopnostní vyhýbavý výkonový cíl souvisí s nižší mírou výskytu ironické chyby.**

**H3.1: Vyšší míra orientace na performanční snahový výkonový cíl souvisí s větší délkou experimentálního patu.**

**H3.2: Vyšší míra orientace na performanční snahový výkonový cíl souvisí s vyšší mírou výskytu ironické chyby.**

**H4.1: Vyšší míra orientace na performanční vyhýbavý výkonový cíl souvisí s menší délkou experimentálního patu.**

**H4.2: Vyšší míra orientace na performanční vyhýbavý výkonový cíl souvisí s nižší mírou výskytu ironické chyby.**

## **VÝZKUMNÝ SOUBOR**

Při výběru vzorku bylo před náhodným výběrem upřednostněno přiblížení se ostatním výzkumům, které se zabývaly IP v oblasti sportu, konkrétně pak těm, které se zabývaly patováním. Tyto výzkumy bývají nejčastěji prováděny na vysokoškolských studentech (Wegner, 1998, Woodman a Davis, 2008). Z hlediska velikosti vzorku je podle dostupných informací v celé oblasti zkoumání projevů IP ve sportu nejpočetnější výzkum Wegnera (1998) s 83 účastníky, tedy výzkum, který položil základy pro celou tuto oblast zkoumání. Jelikož při stanovení hypotéz vycházím z velké části z poznatků o IP ve sportovní oblasti, které byly nalezeny právě na obdobných vzorcích, pokusil jsem se jim přiblížit, aby zjištění z mého výzkumu mohly být zpětně dávány do souvislostí s výzkumy předchozími.

Vzorek oslovených jedinců v tomto výzkumu představovali vysokoškolští studenti, kteří v jarním semestru 2011 navštěvovali golfové kurzy organizované MU či VUT. Aby mohli být všichni účastníci výzkumu otestováni za stejných podmínek, byli osloveni jen účastníci kurzů pořádaných v tréninkovém areálu v Brně, Žabovřeskách.

Hlavní výhody tohoto výběru vzorku tkví v tom, že mi umožnil oslovit poměrně velké množství jedinců, kteří byli sice na různé golfové úrovni, ovšem všichni už byli seznámeni se základy hry. Úloha tak pro ně nebyla nová a dala se u nich očekávat určitá míra kontroly nad výsledkem, což je podle mě podstatné pro vypovídající hodnotu tohoto výzkumu. Zároveň se jednalo o studenty, což odpovídalo výše zmíněným výzkumům.

Hlavní nevýhodou tohoto výběru je samozřejmě jeho nereprezentativnost z důvodu nenáhodného výběru a zároveň dost omezená velikost výzkumného souboru.

Výzkumu se celkem zúčastnilo 67 osob. Jedná se přibližně o osmdesát procent oslovených jedinců. Tato velikost vzorku odpovídá zvolené metodě výběru vzorku, kterou popisují výše. Vzorek by mohl být rozšířen buď o jiné skupiny osob (jiné věkové kategorie, nejen studenti VŠ), či tak, že by bylo vybráno i jiné místo výzkumu. První možnost by však poškodila mou snahu o získání obdobného vzorku, jaký používali další výzkumníci, druhá možnost by pak neumožnila to, aby všichni jedinci absolvovali výzkum za stejných podmínek. Přestože se pak nejedná o veliký výzkumný soubor, podle dostupných informací se velikostí vzorku řadí tento výzkum mezi tři největší v celé oblasti zkoumání IP ve sportu.

Z celkového počtu bylo 22 žen (33%) a 45 mužů (67%). Průměrný věk byl 23,5 let a průměrná zkušenost s golfem v letech činila dva roky.

## **METODY**

### **OPERACIONALIZACE VÝKONOVÝCH CÍLŮ**

Pro zjišťování míry orientace k jednotlivým výkonovým cílům byl použit dotazník AGQ-S (Conroy, Elliot a Hofer, 2003). Dotazník AGQ-S (Achievement goals questionnaire for sport) podle dostupných informací nebyl doposud přeložen do češtiny. Přeložen a testován však byl dotazník AGQ (Kožený, Tišanská, 2010), který je svou stavbou velmi podobný dotazníku AGQ-S. Tento překlad byl proto brán v úvahu. Přesný popis procedury překladu dotazníku, jeho přesnou podobu a popisné statistiky lze nalézt v přílohách. Získané hodnoty odpovídaly předešlým výzkumům, využívajících tento dotazník.

### **OPERACIONALIZACE IRONICKÉ CHYBY**

Pro zjišťování výskytu ironické chyby byla využita typická patovací úloha, která se v podobných výzkumech využívá (Peña et al., 2008, Wegner, 1998, Woodman a Davis, 2008). Je určena "startovní pozice" ze které se má jedinec co nejvíce přiblížit "cílové pozici". Startovní a cílové pozice jsou od sebe vzdáleny dva metry. V této úloze není podstatný směr (ve smyslu levá/pravá), nýbrž pouze délka paty. Přesný popis této úlohy přibližují v další části. Problematiku operacionalizace proměnných spojenou s tímto úkolem proto uvádím až za samotným popisem výzkumné procedury, aby bylo zřejmé, k čemu se odkazují.

## PRŮBĚH VÝZKUMU

Před vlastním sběrem dat byli nejprve osloveni vedoucí jednotlivých golfových kurzů. Byl jim krátce představen výzkum, vysvětlena procedura sběru dat a byli ujištěni o tom, že výzkum nebude zasahovat do výuky. Všichni oslovení trenéři souhlasili s mou účastí na kurzu a s tím, že mohu požádat jednotlivé účastníky o participaci na výzkumu. Na začátku výuky jsem tedy oslovil účastníky daného kurzu, představil se a stručně popsal výzkum. Všichni jedinci byli ujištěni, že účast je zcela dobrovolná. Zájemce o účast jsem pak požádal, aby se k vlastní výzkumné proceduře dostavili na cvičný green. Výzkum byl prováděn na rovném přírodním greenu, který odpovídá reálným podmínkám lépe, než green umělý.

Vlastní proceduru pak vždy absolvoval najednou jen jeden dobrovolník. Byl poučen o průběhu výzkumu a byla mu přidělena golfová hůl (k dispozici byla stejná hůl pro levé i pravé držení, všichni účastníci výzkumu však hráli golf s pravým držením, proto všichni využili stejnou hůl). Poté byla detailně představena výzkumná úloha pomocí této instrukce:

"Vaším úkolem je umístit míček ze startovní linie co nejbližší cílové linii. V tomto úkolu není podstatný přesný směr patu, ale pouze vzdálenost od cílové linie. Pat bude považován za úspěšný, pokud skončí v rozmezí pěti centimetrů před a pěti centimetrů za cílovou linií. Snažte se umístit pat co nejbližší cílové linii." Zároveň bylo účastníkům sděleno, že jejich výsledky budou porovnávány s ostatními účastníky výzkumu.

Cílové rozmezí deseti centimetrů sloužilo jako definice "objektivního úspěchu" v tomto úkolu (primární cíl A, viz. tabulka č.3). Rozmezí svou velikostí reprezentovalo velikost golfové jamky. Žádnou faktickou funkci pro vyhodnocení výzkumu ale toto rozmezí nemělo. Cílová linie byla vyznačena na cvičném greenu pomocí dvou bodů, vzdálených od sebe 30 cm.

Účastník měl k dispozici pět cvičných patů. Někteří jedinci chtěli cvičné paty přeskočit a věnovat se rovnou výzkumu, přesto ale byli požádáni, aby si úkol pětkrát vyzkoušeli. Poté jedinci absolvovali pět měřených, kontrolních patů, a jeden experimentální pat. Před kontrolními paty jim byla zopakována instrukce "snažte se zahrát míček co nejbližší k cílové linii". Před experimentálním patem pak obdrželi instrukci "snažte se zahrát míček co nejbližší k cílové linii. Buďte ale zvláště opatrní, abyste cílovou linii nepřehráli". Délka patů pak byla po každém pokusu změřena a zapsána do záznamového archu. Poté byli účastníci požádáni o vyplnění dotazníku AGQ-S.

Po skončení této procedury následoval debriefing, při němž bylo účastníkovi představena základní výzkumná otázka a bylo mu vysvětleno, jakou funkci plnily různé instrukce.

## POROVNÁNÍ VÝZKUMNÉ PROCEDURY S OBDOBNÝMI VÝZKUMY

Celkově je tato výzkumná procedura v základech shodná s předchozími výzkumy z této oblasti (Wegner et al., 1998; Peňa et al., 2008; Woodman a Davis, 2008), a to včetně formulace instrukcí či vzdálenosti, na jakou jedinci patují. Na rozdíl od výše zmíněných výzkumů jsem však nestanovil cílový bod, nýbrž cílovou linii. Učinil jsem tak z několika důvodů. Jestliže je pro výzkumníka podstatná dimenze před/za cílovým bodem, (a ve zmíněných výzkumech se autoři zabývali právě touto dimenzí, nikoli přesným směřováním), je podle mě využití cílové linie praktičtější jak pro účastníky, tak pro výzkumníka. Účastníci se mohou soustředit pouze na správnou délku patu, s vědomím, že určitá směrová odchylka není důležitá. Proces měření vzdálenosti od linie je pak velmi přívětivý i pro výzkumníka.

Dalším důležitým prvkem tohoto výzkumu je počet patů, které jedinci absolvují. V této problematice se výzkumníci příliš neshodují. Lze se setkat s výzkumy, při kterých byl použit jen jeden pat kontrolní a jeden experimentální (Wegner, et al., 1998), či, jako druhý extrém, deset patů kontrolních a deset experimentálních (Peňa et al., 2008). Podobně jako Woodman a Davis (2008) jsem se rozhodl zvolit kompromis mezi těmito přístupy. Binch a kol. (2009) zdůrazňují, že přestože se může zdát použití pouze jednoho experimentálního patu metodologicky problematické, Wegnerova studie (1998) která tuto metodu použila, zůstává nejdůležitější empirickou prací v celé této oblasti. Výzkum s deseti experimentálními paty (Peňa et al., 2008) ukázal, že takovéto množství pokusů zkoumaný efekt zcela minimalizuje. Toto zjištění je, dle mého názoru, logické, neboť si lze jen těžko představit, že by jedinec vykázal desetkrát po sobě ironickou chybu. V tomto smyslu je podle mě využití jednoho experimentálního patu na místě, neboť jedinec nemá možnost opakovaně reagovat na svůj výkon za daných podmínek. V kontrastu s tím je však podle mě nutné využít více než jeden kontrolní pat.

Je nutné si uvědomit, že pro tyto výzkumy je nejpodstatnější porovnání kontrolního a experimentálního patu. Výsledek kontrolního či kontrolních patů slouží jako základní referenční prvek. Autoři se proto ve výzkumech v současnosti uchylují k většímu počtu patů, neboť pak mají větší vypovídající hodnotu. Kombinací těchto dvou přístupů vznikl design, využitý v tomto výzkumu - pět kontrolních a jeden experimentální pat, což je obdobný design, jako použili Woodman a Davis (2008).

Zásadním rozdílem oproti jiným výzkumům je upozornění, že výsledky budou porovnávány s ostatními účastníky. Tato věta byla do instrukcí zařazena proto, aby si každý jedinec byl vědom toho, že bude hodnocen jak na performanční (porovnání s ostatními), tak na schopnostní (samotné zvládnutí zadaného úkolu) úrovni. Podmínky výzkumu tak z tohoto hlediska simulovaly typickou sportovní výkonovou situaci, kdy je jedinec kromě samotného zvládnutí úkolu hodnocen na základě porovnání s ostatními.

## OPERACIONALIZACE MÍRY VÝSKYTU IRONICKÉ CHYBY

Míra výskytu ironické chyby není jednoduše operacionalizovatelná. Ve výzkumech je však vždy základem rozdíl mezi (průměrným) kontrolním výsledkem a výsledkem experimentálním (jako experimentální výsledek označují vždy ten, který následuje po zadání "ironické instrukce", kdy má jedinec stále plnit stejný úkol, ale něčemu se vyhnout). V případě výzkumů, které se podobně jako tento zabývaly patováním, vzniká odečtem experimentálního patu od patu kontrolního (v případě tohoto výzkumu od průměrné hodnoty kontrolních patů) nová proměnná, se kterou se dále pracuje. V tomto výzkumu ji označují jako "ironická chyba". Někteří výzkumníci tuto proměnnou kategorizují tak, že jakýkoli kladný výsledek znamená výskyt ironické chyby, jakýkoli záporný výsledek naopak výskyt kompenzační chyby. Tato kategorizace je ale podle mě dosti problematičtá, neboť je kvůli ní dávána dohromady chyba v rádech několika centimetrů s chybou v rádech mnoha decimetrů.

Neexistuje přesně stanovený a obecně uznávaný princip, podle něž by šlo definovat, kdy je možné označit chybu za ironickou. Rozhodl jsem se proto pracovat s touto proměnnou jako s dimenzí, jejíž jedním extrémem je vysoká míra výskytu ironické chyby a druhým extrémem vysoká míra výskytu kompenzační chyby (a tudíž minimální míra výskytu ironické chyby) a hledat vztah mezi výsledkem na této dimenzi a orientací k jednotlivým výkonovým cílům. Zároveň ve výzkumu analyzuji souvislost výkonových cílů a délky experimentálního patu. Předpoklad tohoto vztahu vyplývá z logiky výše popsané operacionalizace a z předpokladu, že samotná míra orientace k jednotlivým výkonovým cílům nesouvisí s délkou kontrolních patů. Přesné definice hypotéz následují v další části.

## ZPRACOVÁNÍ DAT

Získaná data byla zpracována pomocí programu SPSS 18. Nejprve došlo k vytvoření datové matice a poté k její kontrole. Proměnné věk a zkušenosti s golfem v letech byly kódovány jako celá čísla. Hodnoty pohlaví a zkušenost se sportem na soutěžní úrovni byly dichotomické, tudíž byly kódovány jako 1/0.

Souvislost mezi jednotlivými výkonovými orientacemi, délkou patů a mírou výskytu ironické chyby je pak zjišťována pomocí Spearmanova pořadového korelačního koeficientu, který byl využit hlavně pro jeho robustnost vůči outlierům. Pokud byly použity jiné statistické metody, jsou zmíněny přímo v textu.

Při sběru dat došlo k několika problémům, kvůli kterým museli být někteří účastníci vyřazeni z celkové analýzy. Jeden účastník musel být vyřazen proto, že absolvoval výzkumnou proceduru s vlastní golfovou holí. Čtyři účastníci nevyplnili všechny položky na dotazníku. Tři účastníci byla vyřazeni proto, že se u

nich objevilo podezření, že nevyplnili dotazník pravdivě (odpovědi 1,1,2,2,3,3,...; či 1,2,3,4,5,6,...). U jednoho účastníka pak nebyla zaznamenána hodnota jednoho z patů. Rovněž jeden účastník byl vyřazen proto, že nebyl studentem a jeden proto, že uvedl delší zkušenost s golfem v letech, než jaký uvedl věk. Celkem tedy muselo být vyřazeno deset účastníků. Analyzovaný soubor tak tvořilo 57 jedinců (18 žen, 39 mužů).

## VÝSLEDKY

### TESTOVÁNÍ HYPOTÉZ

**H1.1: Vyšší míra orientace na schopnostní snahový výkonový cíl souvisí s větší délkou experimentálního patu.**

**H2.1 : Vyšší míra orientace na schopnostní vyhýbavý výkonový cíl souvisí s menší délkou experimentálního patu.**

**H3.1: Vyšší míra orientace na performanční snahový výkonový cíl souvisí s větší délkou experimentálního patu.**

**H4.1: Vyšší míra orientace na performanční vyhýbavý výkonový cíl souvisí s menší délkou experimentálního patu.**

Tabulka č. 4.: Vztah délky experimentálního patu a jednotlivých výkonových orientací

		Schopnostní snahový cíl	Schopnostní vyhýbavý cíl	Performanční snahový cíl	Performanční vyhýbavý cíl
<b>Exp. pat</b> <b>(délka)</b>	<b>Kor. koeficient</b> <b>Sig. (oboustr.)</b>	,283* 0,33	-,313* 0,018	-,012 ,932	-,478** ,000

\* Korelace je signifikantní na hladině významnosti 0,05 (oboustranná)

\*\* Korelace je signifikantní na hladině významnosti 0,01 (oboustranná)



### *Hypotéza H1.1*

Jak je možné vyčíst z tabulky číslo 4, byl prokázán statisticky signifikantní vztah mezi délkou experimentálního patu a mírou orientace k schopnostnímu snahovému výkonovému cíli. Tento vztah je statisticky signifikantní na pětiprocentní hladině. Jedná se o vztah pozitivní, to znamená, že čím větší je míra orientace na schopnostní snahový výkonový cíl, tím delší byl experimentální pat. Souvislost je spíše nízká až střední. Na základě těchto zjištění **lze hypotézu H1.1 přijmout.**

### *Hypotéza H2.1*

V tabulce číslo 4 je zřejmé, že byl nalezen statisticky signifikantní vztah mezi délkou experimentálního patu a schopnostním vyhýbavým výkonovým cílem. Tento vztah je statisticky signifikantní na pětiprocentní hladině. Jedná se o vztah negativní a značící střední až podstatnou souvislost. Negativní vztah v tomto případě znamená to, že čím větší je míra orientace ke schopnostnímu vyhýbavému výkonovému cíli, tím kratší byl experimentální pat. **Hypotéza H2.1 byla přijata.**

### *Hypotéza H3.1*

Z tabulky číslo 4 lze vyčíst, že nebyl prokázán statisticky signifikantní vztah mezi mírou orientace k performančnímu snahovému cíli a délkou experimentálního patu. Z tohoto důvodu není možné odmítnout nulovou hypotézu a nelze tedy přijmout hypotézu H3.2. **Hypotéza H3.1 byla zamítnuta.**

### *Hypotéza H4.1*

Nejsilnější vztah byl nalezen mezi délkou experimentálního patu a performančním vyhýbavým cílem. Vztah je statisticky signifikantní na hladině významnosti 0.01 a podobně jako v případě schopnostního vyhýbavého cíle je negativní, tedy vyšší míra orientace k tomuto výkonovému cíli souvisí s nižší délkou experimentálního patu. **Hypotéza H4.1 byla přijata.**

**H1.2 : Vyšší míra orientace na schopnostní snahový výkonový cíl souvisí s vyšší mírou výskytu ironické chyby.**

Tabulka č. 5.: Vztah proměnných Ironická chyba a Schopnostní snahový výkonový cíl

		Schopnostní snahový cíl
<b>Ironická chyba</b>	Korelační koeficient (Spearman's rho)	,277*
	Sig. (oboustranná)	0,037
	N	57

\* Korelace je signifikantní na hladině významnosti 0,05 (oboustranná)

Z tabulky číslo 5 lze odvodit, že byl mezi uvedenými proměnnými nalezen pozitivní vztah, statisticky signifikantní na pětiprocentní hladině. Je tedy možné zamítnout nulovou hypotézu. **Hypotéza H1.2 byla přijata.**

**H2.2 : Vyšší míra orientace na schopnostní vyhýbavý výkonový cíl souvisí s nižší mírou výskytu ironické chyby.**

Tabulka č. 6.: Vztah proměnných Ironická chyba a Schopnostní vyhýbavý výkonový cíl

		Schopnostní vyhýbavý cíl
<b>Ironická chyba</b>	Korelační koeficient (Spearman's rho)	-,243
	Sig. (oboustranná)	0,068
	N	57

Z tabulky číslo 6 je zřejmé, že mezi sledovanými proměnnými byl prokázán negativní vztah, který ale není statisticky signifikantní. Je proto nutné **hypotézu H2.2 zamítnout.**

**H3.2: Vyšší míra orientace na performanční snahový výkonový cíl souvisí s vyšší mírou výskytu ironické chyby.**

Tabulka č. 7.: Vztah proměnných Ironická chyba a Performanční snahový výkonový cíl

		Performanční snahový cíl
Ironická chyba	Korelační koeficient (Spearman's rho)	-,075
	Sig. (oboustranná)	0,581
	N	57

Jak dokládá tabulka č. 7, nebyl prokázán vztah mezi mírou orientace na performanční snahový výkonový cíl a mírou výskytu ironické chyby. **Hypotéza H3.2 byla zamítnuta.**

**H4.2: Vyšší míra orientace na performanční vyhýbavý výkonový cíl souvisí s nižší mírou výskytu ironické chyby.**

Tabulka č. 8 : Vztah proměnných Ironická chyba a Performanční vyhýbavý výkonový cíl

		Schopnostní vyhýbavý cíl
Ironická chyba	Korelační koeficient (Spearman's rho)	-,545**
	Sig. (oboustranná)	0,000
	N	57

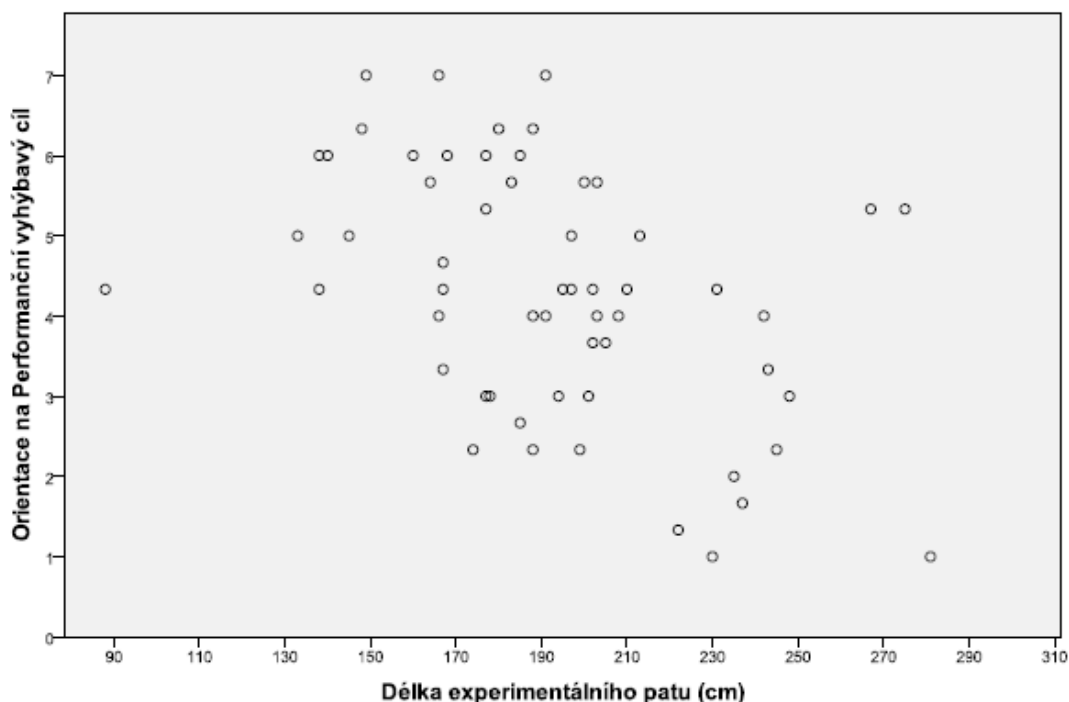
\*\* Korelace je signifikantní na hladině významnosti 0,01 (oboustranná)

Z tabulky č. 8 je zjevné, že mezi zkoumanými proměnnými byl nalezen podstatný až velmi silný negativní vztah. Vyšší míra orientace ke schopnostnímu vyhýbavému cíli tedy souvisí s nižší mírou výskytu ironické chyby. Tento vztah je statisticky signifikantní na hladině významnosti 0,01. **Hypotéza H4.2 byla přijata.**

## DISKUZE

V empirické části práce jsem se zaměřil na ověření mého předpokladu souvislosti jednotlivých výkonových cílů a projevy IP, které byly reprezentovány výše popsanou patovací úlohou. Konkrétně jsem pak na základě uvedených teoretických poznatků stanovil domněnku, že oba vyhýbavé výkonové cíle budou působit jako jakási "obrana" vůči ironické chybě. Tato domněnka byla do značné míry potvrzena. Byla potvrzena hypotéza o souvislosti vyšší míry orientace na oba vyhýbavé výkonové cíle s kratším experimentálním patem. Zároveň byla potvrzena hypotéza o souvislosti vyšší míry orientace na performanční vyhýbavý výkonový cíl s nižší mírou výskytu ironické chyby. Tento vztah pak byl ze všech zkoumaných nejsilnější (Spearmanovo  $\rho = -,545$ ) a byl signifikantní na hladině významnosti 0,01. Na obrázku č. 1 pak lze podle mě jasně vidět souvislost mezi mírou orientace na performanční vyhýbavý cíl a délkou experimentálního patu.

Obrázek č. 1.: Znáromění délky experimentálního patu v souvislosti s mírou orientace na performanční vyhýbavý cíl



V tomto směru tedy nebyla potvrzena jen jedna domněnka, a to o souvislosti schopnostního vyhýbavého výkonového cíle s nižší mírou výskytu ironické chyby. Byl sice prokázán negativní vztah těchto proměnných, ale nebyl statisticky signifikantní, což je možné přičíst menšímu výzkumnému vzorku. Pozitivní vztah pak byl nalezen mezi mírou orientace ke schopnostnímu snahovému výkonovému cíli a mírou výskytu ironické chyby, stejně jako délkou experimentálního patu.

Žádný vztah se sledovanými proměnnými nebyl nalezen u performančního snahového výkonového cíle.

Statisticky prokázané vztahy lze interpretovat na základě různých teoretických poznatků, které jsem předložil v předchozí části práce. Nejpodstatnější je, dle mého názoru, rozdílné vyhodnocení dané výkonové situace. Jedinec může interpretovat zadaný úkol skrze optiku zisku či ztráty (ohniska "promotion" a "security"). Pokud je pak úkol, který plnili účastníci tohoto výzkumu, interpretován skrze optiku ztráty, je s největší pravděpodobností instrukce "buďte ale zvláště opatrní, abyste cílovou linii nepřehráli" důležitým referenčním prvkem pro následující akci. Tzv. negativní myšlenka (možnost přehrání bodu) pak není potlačována ale naopak aktivně zpracovávána. Teoreticky pak tedy nemůže dojít k ironickému selhání, neboť nedochází ke snaze potlačit a nahradit negativní myšlenku myšlenkou pozitivní (například vzpomínkou na nejúspěšnější kontrolní pat). Tato interpretace by odpovídala i názoru Halla a kol.(1999), kteří ve svém článku představili domněnku, že akceptace negativní myšlenky by mohla sloužit jako obrana proti ironické chybě. Sami však tuto ideu pokládají za "vysoce spekulativní" a nepředkládají na její podporu téměř žádné argumenty.

Schopnostní vyhýbavý výkonový cíl může souviset s vysokou mírou perfekcionismu, kdy se jedinci snaží neudělat vůbec žádnou chybu (Elliot, McGregor, 2001). Tento fakt by mohl být jedním z důvodů, proč tento výkonový cíl vykázal menší souvislost s mírou výskytu ironické chyby než performanční vyhýbavý cíl. Pokud by totiž někteří jedinci, vykazující silnou orientaci na schopnostní vyhýbavý cíl, skutečně vykazovali silný perfekcionismus, došlo by u nich k určité disharmonii mezi snahou vyhnout se největšímu neúspěchu (přehrání cílové linie) a snahou vyhnout se jakékoli chybě.

Zajímavým zjištěním, které by mohlo souviset se vztahem mezi výkonovou motivací a projevy IP je to, že byla prokázána souvislost mezi vyšší orientací k oběma vyhýbavým výkonovým cílům a vytvářením apriorních výmluv před určitou výkonovou situací(Chen et al., 2009). Vztah opačný pak byl prokázán u schopnostního snahového cíle, souvislost s performančním schopnostním cílem nalezena nebyla. Je možné, že právě vytváření výmluv před výkonem je pojítkem výkonových cílů a projevy IP? V případě tohoto výzkumu by takovouto výmluvou bylo například: "Mám tendenci při podobných úkolech podat špatný výkon", "V neobvyklých podmínkách obvykle hraji velmi špatně" či "V těchto situacích se obvykle příliš nesnažím, což vede ke špatnému výkonu".

Jedná se o specifický druh ochrany svého sebehodnocení, kdy jedinec sám sebe podceňuje a připravuje se tak na případné selhání. Právě toto sebedoceňování by mohlo způsobit, že se jedinec při experimentu nebude snažit přesně zasáhnout cílovou linii, neboť se bude domnívat, že to stejně není v jeho

silách. Více pak na něj zapůsobí instrukce o vyhnutí se přehrání linie, neboť splnění tohoto požadavku je mnohem jednodušší. Tento jedinec by pak spíše než vzpomínky na dobré paty vyhledával vzpomínky na špatné paty, které by mu sloužily jako výmluva, proč nebude vadit, když neumístí pat do blízkosti cílové linie. Nedojde tedy ke snaze o mentální kontrolu (alespoň ne o takovou, která by mohla vyvolat ironickou chybu - přehrání bodu).

Další možnou interpretací, která může být dána do souvislosti právě s výše zmíněným vytvářením výmluv, je to, že vyšší míra orientace na některý z vyhýbavých výkonových cílů souvisí s redukcí snahy při výkonu a naopak, větší míra orientace na schopnostní snahový cíl souvisí s vyšší snahou (Gardner a Moore, 2006; Chen et al., 2009). S nižší snahou by pak mohlo docházet méně k ironické chybě proto, že není vynaložená dostatečná mentální aktivita pro její vznik (jedinec prostě patuje, na výsledku mu příliš nezáleží a tudíž se nesnaží o mentální kontrolu). Záměrně zahrát krátký pat je pak jednoduchý způsob, jak s minimem úsilí splnit alespoň jeden požadavek úkolu - nepřehrát cílovou linii. Naopak, vyšší snaha při úkolu znamená větší pravděpodobnost snahy o mentální kontrolu a tudíž možnost vzniku ironické chyby.

Již v teoretické části jsem pak uvedl, že byl prokázán zvýšený výskyt ironických chyb u jedinců, kteří sice vykazují fyziologické známky úzkosti, ale tuto úzkost nepřiznávají (Woodman a Davis, 2008). Z tohoto pohledu by mohli být jedinci, kteří vykazují nízkou orientaci na vyhýbavé výkonové cíle, právě ti, kteří sice ve skutečnosti pociťují úzkost, ale v dotazníku se k ní nepřiznají (položky vyhýbavých cílů lze totiž do značné míry spojit právě s úzkostí). U těchto jedinců pak může snaha potlačit či zamaskovat úzkost způsobit silnou zátěž mentální kapacity a v důsledku pak dvojnásobný projev IP -jednak ještě větší úzkostnost a zároveň i ironickou pohybovou chybu.

Jak jsem uvedl v teoretické části, u některých výzkumů z oblasti IP je možné hledat souvislost spíše s jinými teoriemi. Pokud bychom tak odhlédli od teorie IP a na výsledky tohoto výzkumu se podívali například pomocí Yerkes -Dodsonova zákona, dalo by se tvrdit, že u jedinců před experimentálním patem došlo v důsledku dvojznačnosti zadané instrukce k větší zátěži, tudíž mohla být překročena optimální úroveň aktivace a v důsledku toho následoval nepřesný pat. Toto vysvětlení pak ale selhává v tom, proč byla prokázána souvislost mezi orientací k výkonovému cíli a výsledkem experimentálního patu, tedy například to, že čím větší orientaci prokázal jedinec k performančnímu vyhýbavému cíli, tím kratší byl jeho experimentální pat. Právě u jedinců, kteří vykazují silnou cílovou orientaci k této kategorii, by bylo lze předpokládat, že budou vykazovat silnou úzkostnost, bude u nich překročena optimální úroveň aktivace a budou proto chybovat. Yerkes - Dodsonův zákon, ani další zmíněné teorie jako například

teorie explicitního monitorování však nepředpokládají, že by měl jedinec častěji chybovat jedním konkrétním způsobem, ani nepřinášejí možné vysvětlení, proč by tomu takto mělo být. Jelikož je úkol stále stejný, umístit pat co nejbližší cílové linie, při prostém zhoršení výkonu bychom očekávali zvýšený výskyt chyb v obou směrech (jak za, tak před cílovou linií) a tudíž neexistenci souvislosti výkonových cílů s délkou patu. Tuto interpretaci tak pokládám za nedostatečnou.

Při analýze dat jsem dospěl k zajímavému zjištění, které do značné míry souvisí s výzkumnými otázkami, ale uvádím ho zde spíše jako zajímavost. Pokud by byli účastníci výzkumu rozděleni do skupin podle toho, u jakého výkonového cíle vykázali největší skóre, bylo by možné oddělit skupinu patnácti jedinců, kteří vykázali největší orientaci k jednomu z vyhýbavých výkonových cílů. Ani jeden z nich pak při experimentálním patu nepřehrál cílovou linii. Toto zjištění pak přesně odpovídá mému předpokladu, že tito jedinci nebudou vykazovat ironickou chybu. Není však možné hovořit o průkaznosti tohoto zjištění, neboť například pouze jeden jedinec vykázal nejsilnější orientaci k schopnostnímu vyhýbavému výkonovému cíli. Bylo by ale jistě zajímavé pokusit se v dalších výzkumech analyzovat projevy IP v souvislosti s převažujícím výkonovým cílem. Bylo by však velmi obtížné najít dostatečný počet jedinců v obou vyhýbavých kategoriích.

Je nutné upozornit na jisté skutečnosti, které do jisté míry poškozují validitu této studie. Za největší nedostatek považuji poměrně nízký počet účastníků. Zároveň se jedná o záměrný výběr a zjištění tak téměř není možné zobecňovat. Jednalo se o kompromis mezi možnostmi autora tohoto výzkumu, snahou zajistit stejné podmínky pro všechny účastníky a záměrem přiblížit se složením vzorku obdobným studiím. I z faktu, který jsem již uvedl, že se tato studie podle dostupných informací řadí mezi tři největší výzkumy v oblasti IP ve sportu, je patrné, jak málo je tato problematika prozkoumána. To by však nemělo bránit tomu, aby se v budoucích studiích pokusili výzkumníci analyzovat mnohem početnější soubor účastníků. Z hlediska intervenujících proměnných pak mohla jistou roli hrát například únava účastníků, či jejich averze vůči psychologii. Určitou roli mohlo hrát rovněž to, že všichni účastníci používali stejnou golfovou hůl - tedy muži i ženy. Jelikož se jednalo o golfovou hůl standardní mužské délky, mohla být pro ženy příliš dlouhá. Domnívám se, že by to však nemělo mít zásadní vliv na celkové výsledky.

Je pak samozřejmě nutné zdůraznit, že nelze z nalezených vztahů vyvodit kauzalitu. Je například možné, že jedinec, který zahrál extrémně krátký experimentální pat, při vyplňování dotazníku odpovídal tak, aby ochránil vlastní sebehodnocení. Tedy že při odpovědích zdůrazňoval, že mu vlastně vůbec nejde o zvládnutí úkolu jako takového, ani nemá zájem být lepší než ostatní, ale pouze se snaží nebýt horší než ostatní a má obavy, že nepodá tak dobrý výkon, jaký by

podat chtěl. Tyto odpovědi by přesně odpovídaly výsledkům (až na performanční snahový cíl, u něž nebyl prokázán žádný vztah).

Na druhou stranu, proč by úplně stejně neodpovídal jedinec, který zahrál extrémně dlouhý experimentální pat (tedy vykázal silnou ironickou chybu)? Proč by se touto sérií odpovědí nesnažil i takovýto jedinec ochránit své sebehodnocení? Pokud by tomu tak totiž bylo, pak by celkově chybující jedinci vykazovali obdobný vzorec odpovědí a nemohla by být nalezena signifikantní korelace. Z tohoto důvodu se domnívám, že to, že jedinci vyplňovali dotazník až po experimentální úloze, nemělo na výsledky zásadní vliv.

Domnívám se, že výsledky této studie jsou přínosem pro oblast výzkumu projevů IP v oblasti sportu. Jelikož se jedná o první výzkum, který přímo spojoval výkonovou motivaci a projevy IP, je samozřejmě nutné detailnější zkoumání této souvislosti. Již tato studie však přinesla empirické podklady, které potvrzují souvislost těchto konceptů. Dle mého názoru je třeba brát tuto souvislost v potaz při dalších výzkumech IP, neboť například nevhodně zvolený design výzkumu může vést ke zvýšené snaze jedinců vyhnout se neúspěchu a tudíž i k menší míře výskytu ironické chyby. Pokud by pak výzkumníci chtěli zjišťovat souvislost mezi mírou výskytu ironické chyby a dalších jevů, bylo by nutné kontrolovat výkonovou motivaci jedinců jakožto intervenující proměnnou.

Příkladem aplikace těchto poznatků by mohla být jedna z nejjednodušších a zároveň nevíce stresujících situací ve fotbale - pokutový kop. Za nejhorší možnou eventualitu, která může při zahrávání penalty nastat, lze zcela jistě považovat netrefení branky. Pokud střela vůbec nejde na branku, není možné skórovat. Naopak, často může být penalta kopnutá velice špatně, je pomalá a letí téměř doprostřed brány, ovšem může skončit úspěchem, pokud brankář skočí na opačnou stranu. Z tohoto hlediska pravděpodobnosti by pak bylo možno říci, že by bylo nejlepší poslat zahrávat pokutový kop v zápase hráče, který vykazuje silnou orientaci na vyhýbavé výkonové cíle, s instrukcí "buď opatrný, abys neminul bránu". U takového hráče by nejspíše došlo k silné kompenzační chybě a nemohli bychom tudíž očekávat, že se trefí přesně k tyči. Velmi pravděpodobně by však nedošlo k ironické chybě a byla by tudíž zasažena branka, což je základní podmínka úspěšné penalty.

Řada trenérů by pak podle mě v některých situacích preferovala poslat na penaltu raději hráče, který jistě zasáhne branku, než hráče, který sice celkově podává při penaltách lepší výkon, ale ve vypjaté situaci u něj silně hrozí minutí branky. Poměrně jednoduchým (a přiznávám, že dosti provokativním) způsobem, jak z tohoto hlediska zvolit ideálního střelce, by byla jednoduše se hráčů zeptat, kdo chce penaltu kopat. Jelikož je zvláště performanční vyhýbavý výkonový cíl spojen s vyhýbáním se podobným výkonovým situacím (Elliot, 2005), bylo by možné předpokládat, že jedinci, kteří se přihlásí jako poslední, budou vykazovat



silnou míru orientace právě k performančnímu vyhýbavému cíli. Trenér by pak neposlal zahrávat penaltu toho, kdo se přihlásí jako první (což je častá praxe i mezi profesionály), ale naopak toho, který se přihlásí jako poslední (nebo se nepřihlásí vůbec). U tohoto jedince by pak podle zjištění tohoto výzkumu nemělo dojít k ironické chybě a tudíž s velkou pravděpodobností zasáhne branku.

Jistě by bylo možné jmenovat celou řadu dalších situací, kdy by mohla aplikace výsledků tohoto výzkumu přispět k lepšímu (či spíše bezpečnějšímu) výkonu. Jak jsem však již zmiňoval, před takovouto aplikací je nejprve nutné replikovat výsledky studie v dalších výzkumech.

## ZÁVĚR

V této práci jsem se zaměřil na hledání a analýzu vztahů mezi výkonovou motivací a projevy IP. Konkrétně se jednalo o souvislost míry orientace k jednotlivým výkonovým cílům modelu 2 x 2 Elliota a McGregorové (2001) a projevy IP při patování. Výsledky výzkumu ukázaly, že předpoklad souvislosti těchto dvou konceptů byl správný. Přestože nebyly potvrzeny všechny výzkumné hypotézy, domnívám se, že výzkum přinesl dostatečné empirické podklady pro legitimizaci dalších studií této problematiky.

Podle dostupných informací se jedná o první výzkum přímo propojující výkonovou motivaci a projevy IP. Z tohoto pohledu je proto podle mě možné jej přes jistá omezení považovat za velmi přínosný. Otevírá totiž novou problematiku v oblasti sportovní psychologie a pokud by byly výsledky replikovány i při dalších výzkumech, bylo by nutné otevřít diskuzi o správnosti některých obecných pravidel a doporučení, která se týkají motivace sportovců. Tento výzkum totiž naznačuje, že trenéry a sportovními psychology potlačované vyhýbavé výkonové cíle mohou sloužit jako specifický druh obrany před ironickými chybami.

Výsledky výzkumu tak otevírají mnoho různých směrů pro budoucí studie. Podstatná je jak replikace výsledků na větším výzkumném souboru, tak i na jiných sportovních činnostech. Teprve poté by bylo možné aplikovat tyto poznatky do praxe. Zároveň by bylo možné použít při budoucím výzkumu jiný model výkonové motivace. V rámci tohoto výzkumu rovněž nebyla využita uměle zvýšená mentální zátěž (počítání, rozptylování, atd.), bylo by proto zajímavé zjistit, zda by se výsledky při jejím využití lišily od výsledků této studie.

## ZDROJE

- Baranik, L. E., Stanley, L. J., Bynum, B. H., & Lance, Ch. E. (2010). Examining the Construct Validity of Mastery-Avoidance Achievement Goals: A Meta-Analysis. *Human Performance*, 23, 265-282. Dostupné online z: [http://pdfserve.informaworld.com/500538\\_935828505\\_924468941.pdf](http://pdfserve.informaworld.com/500538_935828505_924468941.pdf)
- Beilock, S. L., Carr, T. H. (2001). On the Fragility of Skilled Performance: What Governs Choking Under Pressure? *Journal of Experimental Psychology: General*, 4, 701-725. Dostupné prostřednictvím databáze Ebsco.
- Binsch, O., Oudejans, R. R. D., Bakker, F. C., & Savelsbergh, G. J. P. (2010). Ironic effect and final target fixation in a penalty shooting task. *Human movement science*, 29, 277-288. Dostupné prostřednictvím databáze Science Direct z: [http://www.sciencedirect.com/science?\\_ob=MImg&\\_imagekey=B6V8T-4YHRTTV-1M&\\_cdi=5879&\\_user=835458&\\_pii=S016794571000023&\\_origin=gateway&\\_coverDate=04%2F30%2F2010&\\_sk=999709997&view=c&wchp=dGLbVlzSkWb&md5=4bc4c10bec1897fbf3e689664b858b2e&ie=/sdarticle.pdf](http://www.sciencedirect.com/science?_ob=MImg&_imagekey=B6V8T-4YHRTTV-1M&_cdi=5879&_user=835458&_pii=S016794571000023&_origin=gateway&_coverDate=04%2F30%2F2010&_sk=999709997&view=c&wchp=dGLbVlzSkWb&md5=4bc4c10bec1897fbf3e689664b858b2e&ie=/sdarticle.pdf)
- Binsch, O., Oudejans, R. R. D., Bakker, F.C., & Savelsbergh, G.J.P. (2009). Unwanted effects in aiming actions: The relationship between gaze behavior and performance in a golf putting task. *Psychology of sport and exercise*, 10, 628-635. Dostupné online z: [http://www.sciencedirect.com/science?\\_ob=ArticleURL&\\_udi=B6W6K-4WCSRB81&\\_user=835458&\\_coverDate=11%2F30%2F2009&\\_rdoc=1&\\_fmt=high&\\_orig=gateway&\\_origin=gateway&\\_sort=d&\\_docanchor=&view=c&\\_acct=C000045159&\\_version=1&\\_urlVersion=0&\\_userid=835458&md5=5020930e818211f9c1f1aeb8df0908ed&searchtype=a](http://www.sciencedirect.com/science?_ob=ArticleURL&_udi=B6W6K-4WCSRB81&_user=835458&_coverDate=11%2F30%2F2009&_rdoc=1&_fmt=high&_orig=gateway&_origin=gateway&_sort=d&_docanchor=&view=c&_acct=C000045159&_version=1&_urlVersion=0&_userid=835458&md5=5020930e818211f9c1f1aeb8df0908ed&searchtype=a)
- Brendl, M. (2001). Goals and the Compatibility Principle in Attitudes, Judgment, and Choice. In Moskowitz (Ed.), *Cognitive social psychology: the Princeton Symposium on the Legacy and Future of Social Cognition* (s.317-332). London: Routledge
- Conroy, D. E., Elliot, A. J., & Hofer, S. M. (2003). A 2 X 2 Achievement Goals Questionnaire for Sport: Evidence for Factorial Invariance, Temporal Stability, and External Validity. *Journal of sport & exercise psychology*, 25, 456-476. Dostupné prostřednictvím databáze EBSCO z: <http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=15&hid=17&sid=b54ddee4-8054-47bb-9189-5034249cdd5c%40sessionmgr4>
- Dweck, C. S., & Elliott, E.S. (1983). Achievement motivation. In E. M. Heatherington (ed.), *Handbook of child psychology: Socialization, personality, and social development*. New York: Wiley.
- Elliot, A. J. (1999). Approach and avoidance motivation and achievement goals. *Educational psychologist*, 34 (3), 169-189. Dostupné online z: [http://pdfserve.informaworld.com/916079\\_935828505\\_784752282.pdf](http://pdfserve.informaworld.com/916079_935828505_784752282.pdf)
- Elliot, A. J., & Dweck, C. S. (2005). *Handbook of competence and motivation*. New York: Guilford Press.
- Elliot, A. J., & McGregor, H.A. (2001). A 2 x 2 achievement goal framework. *Journal of personality and social psychology*, 80, 501-519. Dostupné online z: [http://www.psych.rochester.edu/SDT/documents/2001\\_ElliotMcGregor.pdf](http://www.psych.rochester.edu/SDT/documents/2001_ElliotMcGregor.pdf)

Elliot, A. J., & Thrash, T. M. (2001). Achievement Goals and the Hierarchical Model of Achievement Motivation. *Educational psychology review*, 13 (2), 139-156. Dostupné online z: <http://www.springerlink.com/content/k148523hr271h426/>

Elliot, A. J., Cury, F., Fryer, J. W., & Huguet, P. (2006). Achievement Goals, Self-Handicapping, and Performance Attainment: A Mediational Analysis. *Journal of Sport & exercise psychology*, 28, 344-361. Dostupné prostřednictvím databáze EBSCO z: <http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=18&hid=17&sid=b54ddee48054-47bb-9189-5034249cdd5c%40sessionmgr4>

Gardner, F., & Moore, Z. (2006). *Clinical sport psychology*. Champaign: Human Kinetics.  
Hagger, M., Chatzisarantis, N. (2007). The trans-contextual model of motivation. In Hagger a Chatzisarantis (Eds.), *Intrinsic motivation and self-determination in exercise and sport* (s. 53-70). Human kinetics.

Hall, C., Hardy, J., & Gammage, K. (1999). About hitting golf balls in the water: Comments on Janelle's (1999) article on ironic processes. *The sport psychologist*, 13, 221-224. Dostupné prostřednictvím databáze EBSCO z: <http://web.ebscohost.com.ezproxy.muni.cz/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=5&hid=21&sid=e2e96c0f-ffe4-4318-99ae-d6add3a7aae9%40sessionmgr12>

Hall, H. K., Kerr, A. W., & Matthews, J. (1998). Precompetitive anxiety in sport: The contribution of achievement goals and perfectionism. *Journal of sport & exercise psychology*, 20, 194-217. Dostupné prostřednictvím databáze EBSCO z: <http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=9&hid=17&sid=b54ddee48054-47bb-9189-5034249cdd5c%40sessionmgr4>

Chen, L. H., Wu, CH.-H., Kee, Y. H., Lin, M.-S., & Shui, S.-H. (2009). Fear of failure, 2 x 2 achievement goal and self-handicapping: An examination of the hierarchical model of achievement motivation in physical education. *Contemporary educational psychology*, 34, 298-305. Dostupné prostřednictvím databáze Science Direct z: [http://www.sciencedirect.com/science?\\_ob=MImg&\\_imagekey=B6WD1-4WNRJYG15&\\_cdi=6753&\\_user=835458&\\_pii=S0361476X09000216&\\_origin=gateway&\\_coverDate=10%2F31%2F2009&\\_sk=999659995&view=c&wchp=dGLbVtzzSkzS&md5=0249ea562bc71bab718d96b3c4f88c7e&ie=/sdarticle.pdf](http://www.sciencedirect.com/science?_ob=MImg&_imagekey=B6WD1-4WNRJYG15&_cdi=6753&_user=835458&_pii=S0361476X09000216&_origin=gateway&_coverDate=10%2F31%2F2009&_sk=999659995&view=c&wchp=dGLbVtzzSkzS&md5=0249ea562bc71bab718d96b3c4f88c7e&ie=/sdarticle.pdf)

Janelle, Ch. M. (1999). Ironic mental processes in sport: Implications for sport psychologists. *The sport psychologist*, 13, 201-220. Dostupné prostřednictvím databáze EBSCO z: <http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=7&hid=17&sid=b54ddee4-8054-47bb-9189-5034249cdd5c%40sessionmgr4>

Kozelka, P. (2010). *Výkonová motivace a její zjišťování*. Bakalářská práce. České Budějovice, Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích, Pedagogická fakulta. Vedoucí bakalářské práce: František Man.

Kuračka, P. (2008). *Vzt'ah medzi výkonovou motiváciou a osobnostnými charakteristikami v rámci modelu „Big five“* : bakalářská práce. Brno : Masarykova univerzita, Fakulta sociálních studií. Vedoucí bakalářské práce: Miroslav Šipula.

Mackenzie, M., & Denlinger, K. (1990). *Golf: the mind game*. New York: Dell.

Ntoumanis, N., Thøgersen-Ntoumani, C., & Smith, A. L. (2009). Achievement goals, self-handicapping, and performance: A 2 x 2 achievement goal perspective. *Journal of Sports Sciences*, 27(13), 1471-1482. Dostupné prostřednictvím databáze EBSCO z: <http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=6&hid=17&sid=3adb10e49b54-4bb1-9b0d-609dcd77ce85%40sessionmgr4>

Peña, D., Murray, N. P., & Janelle, Ch. M. (2008). Implicit overcompensation: The influence of negative self-instructions on performance of a self-paced motor task. *Journal of sports sciences*, 26 (12), 1323-1331. Dostupné prostřednictvím databáze EBSCO z: <http://web.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=12&hid=17&sid=b54ddee4-8054-47bb-9189-5034249cdd5c%40sessionmgr4>

Syed, M. (2011). Psychology of choking. Vyhledáno 28. 4. 2011 na [http://news.bbc.co.uk/sport2/hi/front\\_page/13185266.stm](http://news.bbc.co.uk/sport2/hi/front_page/13185266.stm)

Wegner, D. M. (1994). Ironic processes of mental control. *Psychological review*, 101, 34-52. Dostupné online z: <http://www.wjh.harvard.edu/~wegner/pdfs/Wegner%20Ironic%20Processes%201994.pdf>

Wegner, D. M. (2009). How to think, say, or do precisely the worst thing for any occasion. *Science*, 325, 48-51. Dostupné online z: [http://www.wjh.harvard.edu/~wegner/pdfs/Wegner%20\(2009\).pdf](http://www.wjh.harvard.edu/~wegner/pdfs/Wegner%20(2009).pdf)

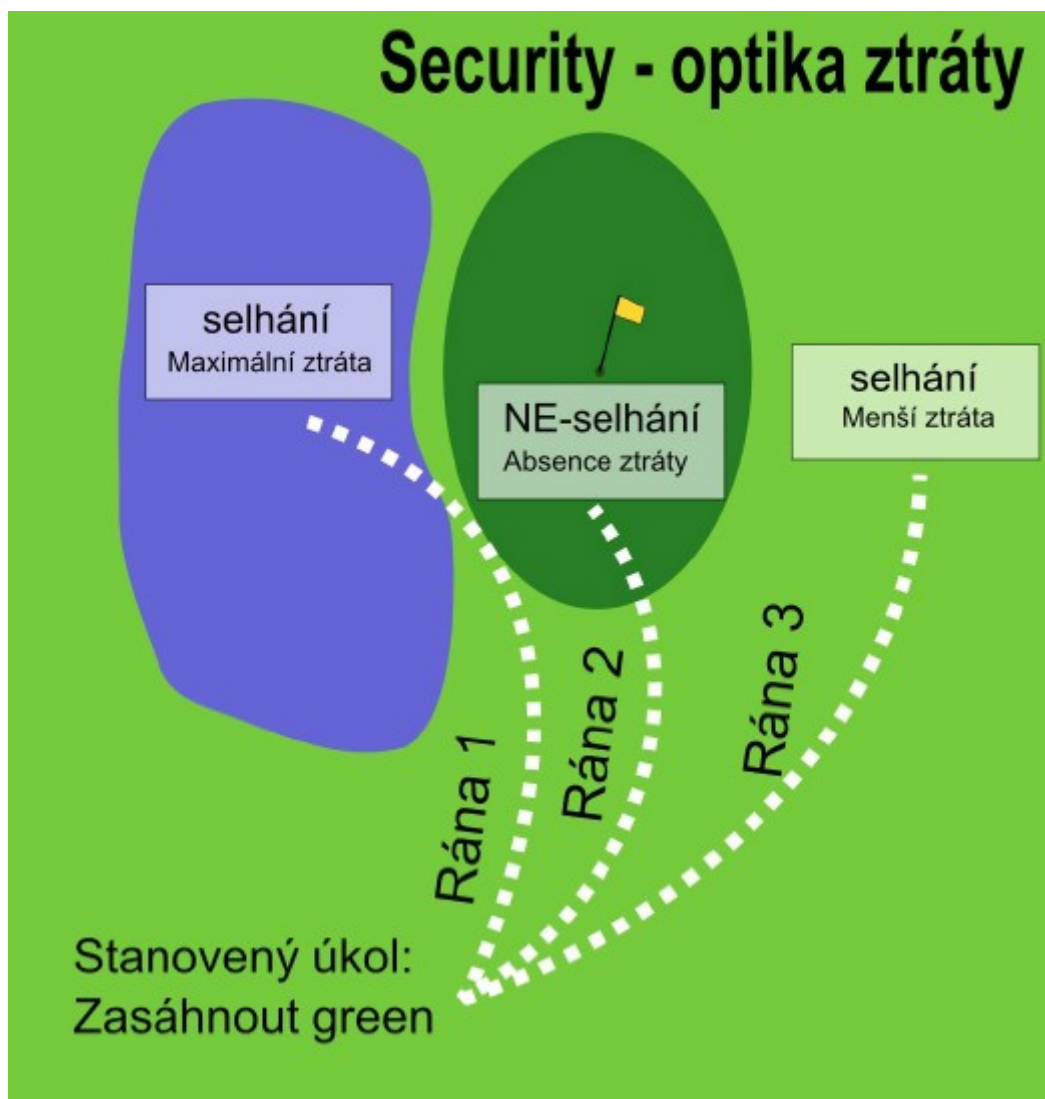
Wegner, D. M., Ansfield, M. E., & Pilloff, D. (1998). The putt and the pendulum: Ironic effects of the mental control of action. *Psychological Science*, 9, 196-199. Dostupné online z: <http://www.wjh.harvard.edu/~wegner/pdfs/Wegner,Ansfield,&Pilloff%201998.pdf>

Wegner, D. M., Erber, R., & Zanakos, S. (1993). Ironic processes in the mental control of mood and mood-related thought. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, 1093-1104. Dostupné online z: <http://www.wjh.harvard.edu/~wegner/pdfs/Wegner,Erber,&Zanakos1993.pdf>

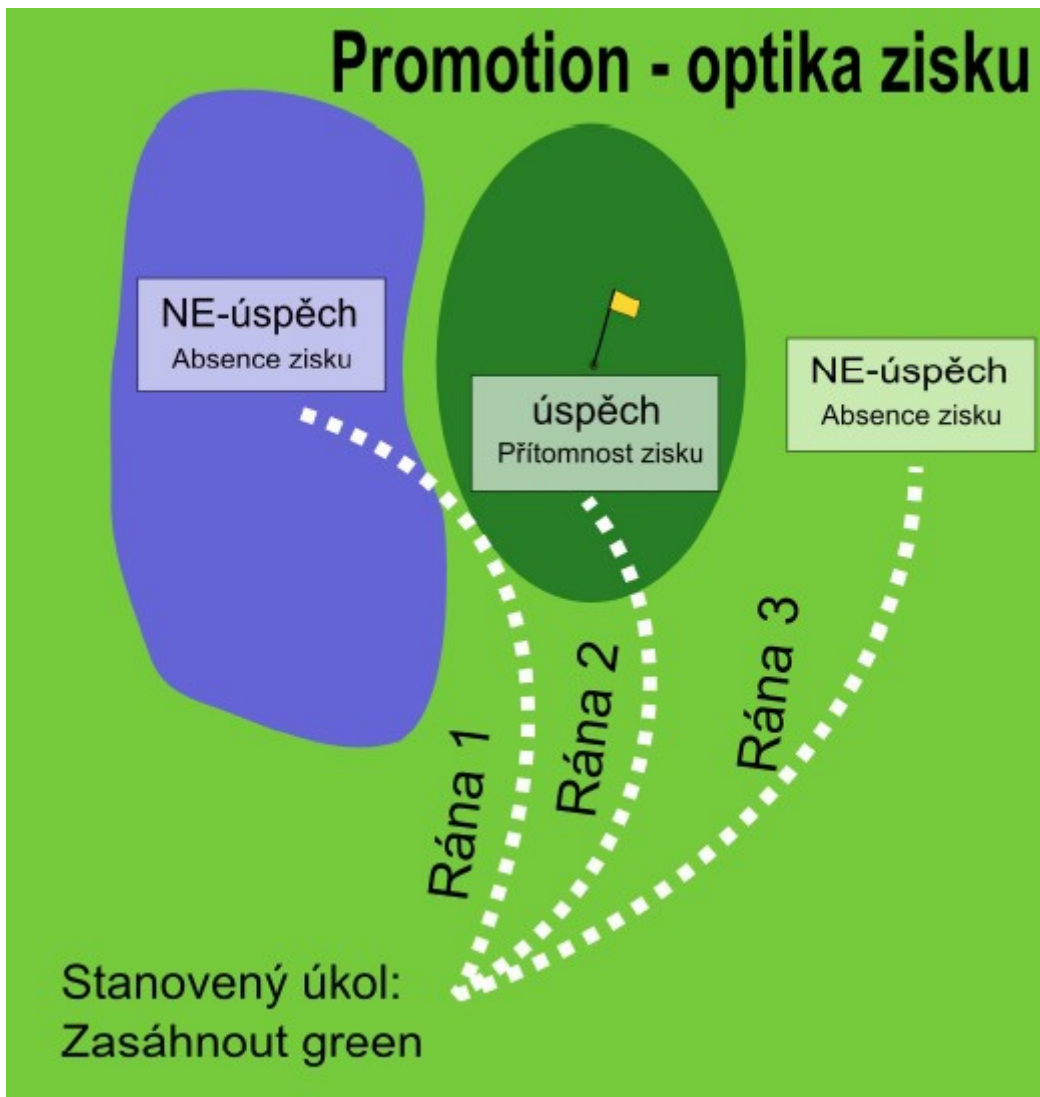
Woodman, T., & Davis, P. A. (2008). The role of repression in the incidence of ironic errors. *The sport psychologist*, 22, 183-196. Dostupné prostřednictvím databáze EBSCO.

# PŘÍLOHY

Příloha č. 1.: Grafická ilustrace interpretace úkolu z hlediska ztráty



Příloha č. 2.: Grafická ilustrace interpretace úkolu z hlediska zisku



Příloha č. 3.: Jednotlivé položky dotazníku AGQ-S (pro větší přehlednost seřazeny podle jednotlivých kategorií) a doplňující otázky

### **Schopnostní snahový výkonový cíl**

Je pro mě důležité podat tak dobrý výkon, jaký nejlépe dokážu.  
Chci podat tak dobrý výkon, jaký je pro mě nejlépe možné podat.  
Je pro mě důležité ovládnout všechny aspekty mého výkonu.

### **Schopnostní vyhýbavý výkonový cíl**

Dělám si starosti, že bych nemusel/a podat tak dobrý výkon, jaký nejlépe dokážu.  
Někdy mám strach, že bych nemusel/a podat tak dobrý výkon, jaký bych podat chtěl/a.  
Často si dělám starosti s tím, že bych nemusel podat tak dobrý výkon, jaký podat dokážu.

### **Performanční snahový výkonový cíl**

Je pro mě důležité vést si dobře ve srovnání s ostatními.  
Je pro mě důležité podat lepší výkon než ostatní.  
Mým cílem je vést si lépe než většina ostatních.

### **Performanční vyhýbavý výkonový cíl**

Chci se pouze vyhnout tomu, že podám horší výkon než ostatní.  
Mým cílem je vyhnout se tomu, že podám horší výkon než všichni ostatní.  
Je pro mě důležité vyhnout se tomu, že podám jeden z nejhorších výkonů ve skupině.

Pohlaví: M -Ž

Věk: \_\_\_\_\_

Zkušenosti s golfem (v letech): \_\_\_\_\_

Věnoval/a jste se někdy nějakému sportu na soutěžní úrovni (účast na turnajích, ligových soutěžích apod.): Ano -Ne

Mám zájem o zaslání konečných výsledků výzkumu a porovnání přesnosti mých puttů s ostatními účastníky výzkumu: Ano -Ne (Pokud ano, vyplňte prosím svou emailovou adresu:

Příloha č. 4.: Popis procesu překladu dotazníku AGQ-S

Překlad dotazníku AGQ-S proběhl následujícím způsobem. Dotazník byl zadán na překlad dvěma překladatelům. Byli požádáni, aby se snažili v překladech jednotlivých položek dbát hlavně na faktickou podstatu, nikoli na jazykovou líbeznost. Tyto dva překlady se značně lišily v tom, jakým způsobem bylo přeloženo anglické slovo "perform". Tento pojem je v originálním znění obsažen v osmi z dvanácti položek a je tedy v dotazníku klíčový. Toto slovo pak nemá jednoznačný překlad do češtiny a je nutné brát do úvahy daný kontext. Zmíněné dva překlady dotazníků byly proto předloženy skupině "expertů" spolu s původním zněním dotazníku a s českou verzí dotazníku AGQ. Skupina byla tvořena šesti osobami s vysokoškolským vzděláním, výbornou znalostí angličtiny a zkušenostmi se sportem. Skupina porovnávala dva rozdílné překlady, kombinovala a upravovala jednotlivé položky tak, aby byl jejich význam shodný s originálním dotazníkem.

V souvislosti s tím, k jakému účelu měl přeložený dotazník sloužit, byl zvolen překlad slova "perform" jako "podat výkon". Rovněž byl použit mírně rozdílný postup při překládání než u českého překladu AGQ (Kožený, Tišanská, 2010), který je velmi doslovný. Doslovný překlad však nemusí nutně dát dohromady stejný větný význam jako originál, proto bylo při překladu dotazníku AGQ-S hlavním cílem vytvořit věty s kompatibilním významem k větám originálním. Byla zároveň upřednostněna významová stránka věty a jednoznačná interpretovatelnost před dokonalou stylistikou. Takto upravený dotazník byl poté předložen pro kontrolu další překladatelce, která jej přeložila zpětně do angličtiny. Zpětný překlad byl téměř shodný s původním dotazníkem.

Příloha č. 5.: Popisné statistiky dotazníku AGQ-S

<b>Výkonový cíl</b>	<b>Průměr</b>	<b>Std. odchylka</b>	<b>Šikmost (std. chyba)</b>	<b>Strmost (std. chyba)</b>	<b>Cronbachov o α</b>
<b>Schopnostní snahový</b>	6,06	,88	-,64 (,316)	-,82 (,623)	,794
<b>Schopnostní vyhýbavý</b>	4,55	1,25	-,32 (,316)	-,137 (,623)	,797
<b>Performanční snahový</b>	4,51	1,29	-,135 (,316)	,063 (,623)	,867
<b>Performanční vyhýbavý</b>	4,32	1,56	-,028 (,316)	-,006 (,623)	,841