

Univerzita Karlova v Praze

Fakulta tělesné výchovy a sportu

**MOTIVACE VE SPORTU:
VZTAH K CELKOVÉ SEBEÚCTĚ A TĚLESNÉMU SEBEVNÍMÁNÍ**

Autoreferát disertační práce

Autor: Mgr. Ivana Harbichová

Vedoucí disertační práce: prof. PhDr. Pavel Slepíčka, DrSc.

Praha 2014

ABSTRAKT

Hlavním cílem disertační práce je ověření vztahu kontextuálně specifické motivace ve sportu ke globální sebeúctě a možných mediačních efektů tělesných sebepercepce tohoto vztahu. K naplnění tohoto cíle směřovalo šest dílčích studií.

Nejprve jsme se zaměřili na překlad diagnostických prostředků Sport motivation scale (SMS; Pelletier et al., 1995) a Social physique anxiety scale (SPAS; Hart, Leary, Rejeski, 1989) do českého jazyka a na ověření validity a reliability skóru získaného pomocí jejich českých verzí. Na základě výsledků strukturálního modelování jsme dospěli k závěru, že je možné obě české verze dotazníků využít jako validní a reliabilní diagnostické nástroje pro měření různých druhů motivace ve sportu (SMS) a negativních tělesných sebepercepce (sociální tělesná úzkost – SPAS) a zaměřili jsme se na hlavní cíl této disertační práce.

Pomocí strukturálního modelování jsme dospěli k závěru, že různé druhy motivace ve sportu (které varíují v míře relativní autonomie jednajícího subjektu) ovlivňují jak specifické sebehodnocení spojené s tělem, tak hodnocení sebe sama na globální úrovni. Vztah motivace a globální sebeúcty byl z velké části mediován právě tělesnými sebepercepce jedince. Podstatné však je, že při kontrole efektů pohlaví a mediačních efektů tělesných sebepercepce byl nalezen přímý negativní vztah amotivace a globální sebeúcty. Tento fakt poukazuje na možné přesahy kontextuálně specifického typu motivace ve sportu při predikci výstupních proměnných na vyšší úrovni obecnosti. Výsledky této disertační práce jsou diskutovány v rámci jednotlivých studií.

Klíčová slova: vnitřní motivace, sebedeterminace, globální sebeúcta, tělesné sebepojetí, sociální tělesná úzkost, faktorová analýza, strukturální modelování

ÚVOD

Snaha vysvětlit motivaci lidského chování, tedy to, proč se lidé chovají tak, jak se chovají, vždy byla a bude jedním z nejsložitějších a zároveň nejdůležitějších úkolů psychologie. Problematika motivace je neustále aktuálním tématem pro odborníky z mnoha výzkumně i prakticky zaměřených oblastí psychologie a výjimkou není ani oblast pohybových aktivit a sportu.

Jedním z teoretických systémů, který se ukázal jako užitečný při zkoumání motivace ve sportu, je **teorie sebedeterminace** (Self-determination theory; Deci, Ryan, 1985). Základním kamenem teorie sebedeterminace je koncept **vnitřní motivace (intrinsic motivation)**, kterým se vysvětluje přirozeně aktivní povaha člověka. Dle této teorie však existují faktory, jež mohou tuto tendenci člověka podporovat, nebo ji naopak mařit. Jak upozorňuje Blatný et al. (2010, s. 161): „v tomto smyslu existuje široký rejstřík osobního vývoje – od relativně aktivního a integrovaného (sebedeterminovaného) self po self fragmentované, pasivní, reaktivní a odcizené“. Teorie sebedeterminace pak konkrétně předpokládá, že chování jedinců může být vysvětleno na základě tří typů motivace: vnitřní motivace, vnější motivace a amotivace.

Ryan a Deci (2007, s. 2) popisují vnitřní motivaci jako tendenci vykonávat určitou aktivitu pro ni samotnou, pro radost, potěšení a uspokojení z této aktivity (např. hra, pro některé jedince práce). Vnitřní motivace tedy není zaměřena instrumentálně, jedná se o subjektivní zájem, o zaujetí pro činnost, o tzv. sebezpevňující chování, které vychází z funkční slasti. Vnitřní motivace je založena na vrozených potřebách, avšak ne potřebách fyziologických, tj. postihuje chování, jež je motivováno „odměnami, které neredukují potřeby tkání“ (Eisenberger, 1972 in Deci, Ryan, 1985, s. 32). Tyto potřeby se tedy od popudů liší tím, že nejsou založeny na tkáňových deficitech a nevyskytují se cyklicky. Primárními odměnami u vnitřně motivovaného chování jsou pak zážitky efektivity a autonomie (Deci, Ryan, 1985, s. 32) a emoce potěšení a excitace (Deci, Ryan, 1985, s. 34) při provádění samotné činnosti.

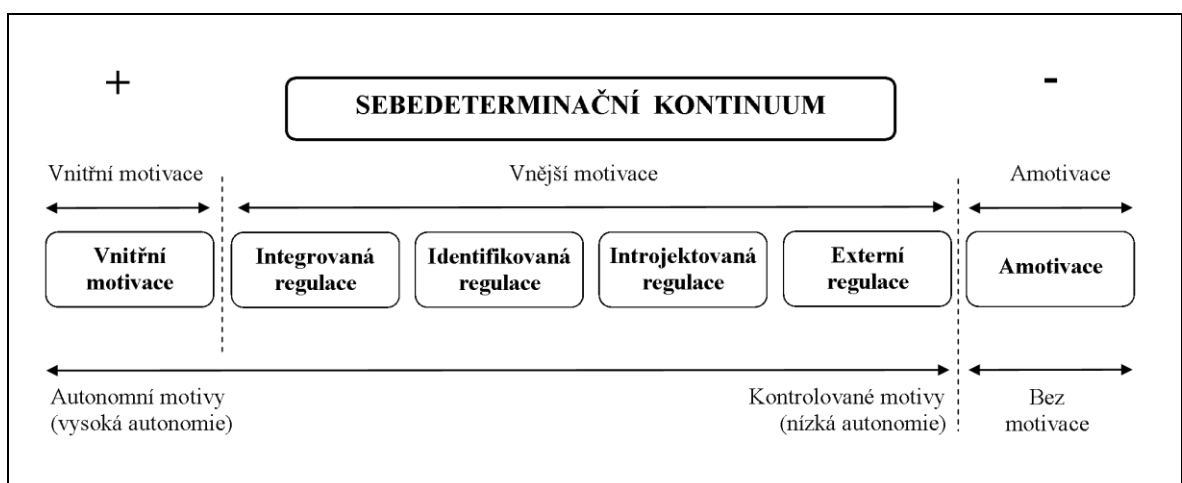
Na druhé straně jedinci, u kterých převládá **vnější druh motivace (extrinsic motivation)**, se nejrůznějších aktivit neúčastní z důvodu vlastního potěšení či uspokojení, ale proto, aby dosáhli určité odměny (případně se vyhnuli hrozbě trestu), jakmile je konkrétní aktivita ukončena (Deci, 1975). Autoři však uvažují o několika typech vnější motivace, které varíují v míře relativní autonomie jednajícího subjektu

(vysoká úroveň autonomie je spojována převážně s vnitřní motivací chování, je však přítomna i v některých druzích vnější motivace). Rozlišují tak čtyři druhy vnější motivace: externí regulace (nejvíce kontrolovaný typ vnější motivace), introjekce, identifikace a integrovaná regulace (nejvíce autonomní typ vnější motivace). Oba autoři však upozorňují, že striktní bipolární rozdělení vnitřní a vnější motivace nemá příliš velkou explanatorní sílu.

Teorie sebedeterminace rovněž rozeznává **stav amotivace**, ve kterém jedinec nemá dostatek motivace pro danou aktivitu, je zcela bez záměru jednat. Ve stavu amotivace není jedinec schopen zahájit danou aktivitu, neuvědomuje si vztah mezi jednáním a jeho výsledky, pokud jedná, pouze pasivně (tj. mechanicky či vynuceně).

Dle teorie sebedeterminace jsou amotivace, externí regulace, introjekce, identifikace, integrovaná regulace a vnitřní motivace umístěny na **kontinuu sebedeterminace** (viz. Obrázek 1), které je shora ohraničeno vnitřní motivací a zdola naopak amotivací (Pelletier, Sarrazin, 2007, s. 143-152). Vysoká úroveň na sebedeterminačním kontinuu, tedy vysoká úroveň vnitřní motivace, je převážně spojována s well-beingem, vyšší úrovní tělesné sebeúcty, efektivitou chování, pozitivními postoji k pohybovým aktivitám, adherencí ke sportu, lepším konceptuálním chápáním či pozitivním copingem (např. Chatzisarantis et al., 2003; Deci, Ryan, 2000).

Obrázek 1
Sebedeterminační kontinuum (upraveno dle Pelletiera a Sarrazina, 2007)



V rámci teorie sebedeterminace je popsána tzv. **motivační sekvence** (Vallerand, 1997), jejíž součástí je předpoklad, že různé druhy motivace (které variiují v relativní

míře autonomie jednatelství subjektu) mohou mít různé důsledky, ať už kognitivní, emocionální či behaviorální. Sebedeterminovaná (autonomní) motivace je v dnešní době spojována s celou řadou pozitivních kvalit jako například: well-being (Wilson, Rodgers, 2007), tělesná sebeúcta (Thøgersen-Ntoumani, Ntoumani, 2006) otevřenost vůči zkušenostem a extravertze (Ingledeu et al., 2004), pozitivní postoje k pohybovým aktivitám (Standage, Gillison, Treasue, 2007), sportovní výkon, persistence (Vansteenkiste, Soenes, Lens, 2007) či adherence ke cvičení (Chatzisaratis et al., 2003). Na druhé straně vnější (kontrolovaná) motivace například souvisí s maladaptivním perfekcionismem (Longbotton, Grove, Dimmock, 2012), neuroticismem (Ingledeu et al., 2004) a podobně. Navíc vnější motivace i amotivace mají pozitivní souvislost se znučeností a pocitu neštěstí (Standage, Gillison, Treasue, 2007). Amotivace ve školní TV dle autorů úzce koresponduje s trávením volného času studentů, přičemž amotivovaní jedinci se dle nich často neúčastní pohybových aktivit ani mimo školní prostředí.

Je však nutné upozornit na **hierarchickou konceptualizaci motivace** (Vallerand, 1997), která zohledňuje různé úrovně obecnosti jednotlivých motivačních konstruktů, stejně jako různou úroveň jejich determinant a výstupních proměnných, na které má motivace vliv. Hierarchický model v tomto smyslu předpokládá, že jednotlivé typy motivace je možné vnímat ve třech úrovních obecnosti: globální, kontextuální a situační. Motivace na globální úrovni představuje obecnou tendenci být autonomní; ovlivňuje výsledné chování jedince napříč nejrůznějšími aktivitami. Motivace na kontextuální úrovni představuje tendenci účastnit se určitých kontextuálně specifických aktivit, například nejrůznějších aktivit spojených s pohybovou činností (participace na mimoškolní TV, provádění pohybových aktivit ve svém volném čase). Vzhledem k tomu, že na situační úrovni je motivace ovlivněna velkým množstvím situačně specifických faktorů, nelze dle autorů (Hagger, Chatzisaratis, 2007) motivaci na této úrovni vztahovat k chování napříč různými kontexty. Předpokladem tohoto hierarchického modelu je, že motivace na určité úrovni obecnosti ovlivňuje kognitivní, emocionální i behaviorální důsledky zejména na stejné úrovni obecnosti (Vallerand, 1997).

Na základě výše zmíněného jsme se v disertační práci zaměřili na vztah kontextuálně specifické motivace ve sportu ke globální sebeúctě a možné mediační efekty tělesných sebepercepcí tohoto vztahu. Jelikož dosud neexistuje jednotná, obecně přijímaná teorie motivace, v teoretické části disertační práce pojednáváme o několika vybraných teoriích a aktuálních poznatcích z oblasti motivace (ve sportu). Dále se zaměřujeme na motivaci vztaženou ke konceptu jáství, tj. na motivační význam sebepojetí, resp. tělesného sebepojetí či tělesného sebevnímání. Velký důraz na tuto doménu je kladen zejména v oblasti sportu, kde je prezentaci vlastního těla, stejně jako tělu samotnému připisován mnohem větší význam než v jiných oblastech. Není tedy divu, že kontextuálně specifická motivace ve sportu se ukázala jako významný prediktor teoretických konstruktů vztahujících se k tělesné doméně. Otázkou však zůstává, zda je kontextuálně specifická motivace ve sportu rovněž významným prediktorem sebeúcty na globální úrovni. Tímto vztahem se doposud zabývali pouze Zamboni, Crawford, Carrico (2008) a navíc ve vzorku homosexuálních a bisexuálních mužů.

Vzhledem k charakteru výzkumného souboru (aktivně sportující jedinci) očekáváme, že kontextuálně specifická motivace ve sportu bude významným prediktorem sebeúcty na globální úrovni. Domníváme se však, že tento vztah může být mediován tělesnými sebepercepce jedince, vzhledem k jejich významu ve specifické oblasti sportu.

EMPIRICKÁ ČÁST

Empirická část disertační práce je koncipována jako šest dílčích studií, které směřují k zodpovězení vědeckých otázek (viz. níže). Zejména vzhledem k nedostatku informací v České republice o psychometrických vlastnostech diagnostických prostředků měřících teoretické konstrukty, které jsou předmětem této práce, bylo nutné se nejprve věnovat specifitějším problémům. Těmto problémům je věnováno pět samostatných studií, jejichž společným znakem je snaha o vytvoření (převod) potřebných diagnostických prostředků, aplikovatelných v českých podmínkách, stejně jako ověření fungování měřených teoretických konstruktů (sebedeterminovaná motivace ve sportu, sociální tělesná úzkost) v širší nomologické síti vztahů.

CÍLE, VĚDECKÉ OTÁZKY A HYPOTÉZY

CÍLE

Hlavním cílem disertační práce je ověření vztahu kontextuálně specifické motivace ve sportu ke globální sebeúctě a možných mediačních efektů tělesných sebepercepcí tohoto vztahu. K naplnění tohoto cíle směřovalo šest samostatných studií (každá ze studií sledovala specifický cíl – blíže viz. Celkové závěry disertační práce) v empirické části tohoto autoreferátu se však zaměřujeme pouze na Studii 6 – tj. hlavní cíl disertační práce, stejně jako na zodpovězení vědeckých otázek:

VĚDECKÉ OTÁZKY

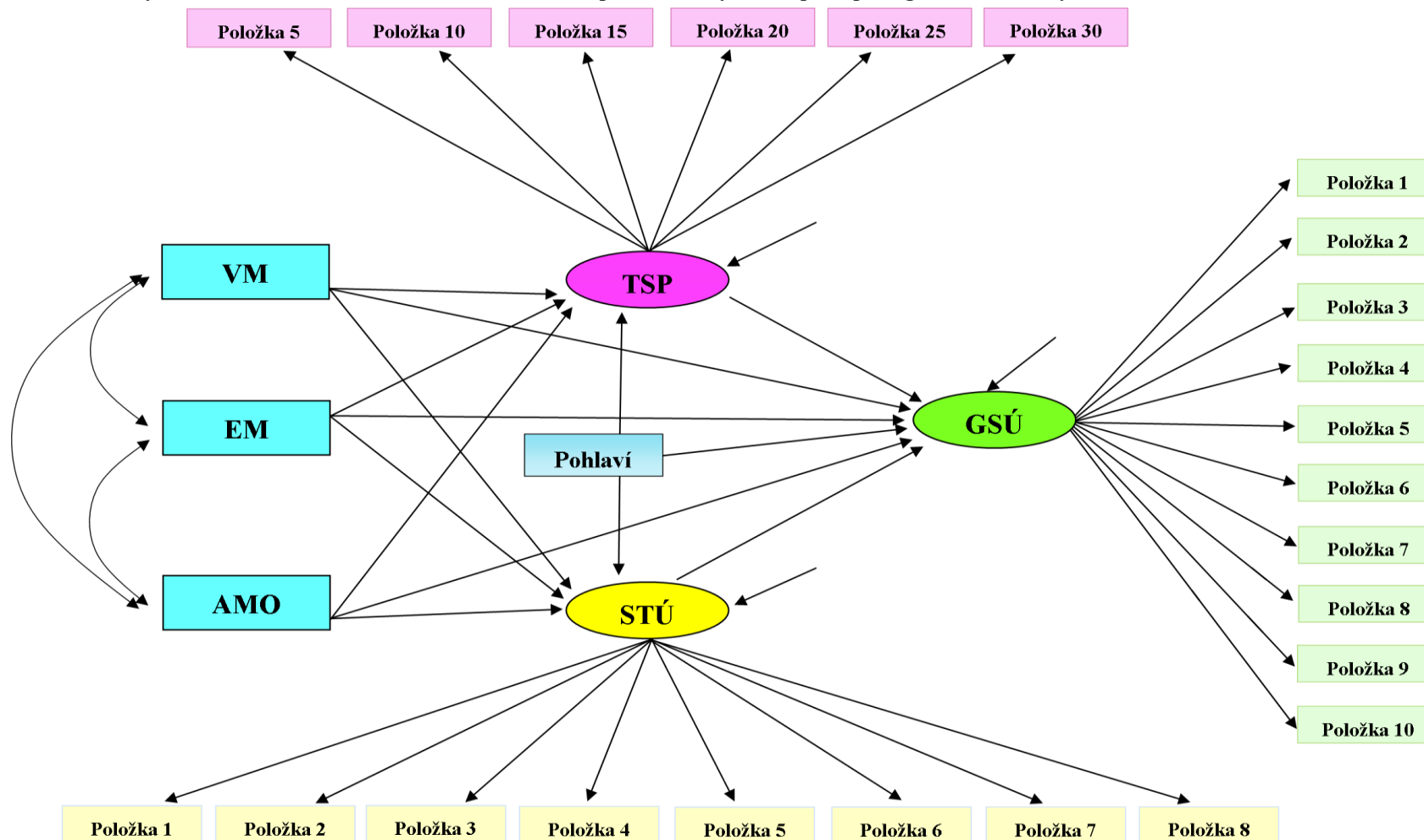
Jaký je vztah kontextuálně specifické motivace ve sportu ke globální sebeúctě?
Jaké jsou možné mediační efekty tělesných sebepercepcí tohoto vztahu?

HYPOTÉZY

Vzhledem ke komplexnosti vztahů mezi měřenými proměnnými uvádíme hypotetické vazby v grafické podobě (viz. Obrázek 2). Na základě navržené motivační sekvence a hierarchického modelu motivace (Vallerand, 1997) je však možné shrnout základní hypotézy této disertační práce následovně:

- H1:** Kontextuálně specifická motivace ve sportu bude mít významný efekt na sebeúctu na globální úrovni.
- H2:** Vztah motivace ve sportu a globální sebeúcty bude mediován kontextuálně specifickými teoretickými konstrukty tělesné sebepercepce.

Obrázek 2 – Výchozí strukturální model vztahu motivace ve sportu, tělesných sebepercepčí a globální sebeúcty



Vysvětlivky: VM – vnitřní motivace, EM – externí motivace, AMO – amotivace, TSP – tělesné sebeperceptí, STÚ – sociální tělesná úzkost, GSÚ – globální sebeúcta.

Jednosměrné šipky představují regresní vztahy, obousměrné šipky představují korelační vztahy.

Poznámka: Na obrázku nejsou znázorněny jedinečnosti položek.

METODIKA

Výzkumný soubor

Výzkumný soubor, který byl využit ve Studii 6, byl pořízen na základě dostupnosti (viz. Hendl, 2012, s. 59) a tvořilo jej 457 studentů FTVS UK v Praze. Průměrný věk mužů (N = 290) byl 21,65 let (SD = 1,95), průměrný věk žen (N = 167) byl 21,42 let (SD = 2,36). U testovaných osob jsme pomocí otázek v dotazníku (self-report), zjišťovali druh vykonávaného sportu (individuální, N = 235 vs. kolektivní, N = 220) frekvenci vykonávání pohybových aktivit (medián = 4 x týdně) a dobu, po kterou se věnují danému sportu (průměr = 10,22 let; SD = 4,74). Můžeme tedy konstatovat, že se jedná o soubor aktivně sportujících studentů. Všechny testované osoby se dotazníkového šetření účastnily dobrovolně a souhlasily se zpracováním dat pro výzkumné účely.

Diagnostické prostředky

Dotazník sportovní motivace

Jednotlivé subkonstrukty motivace, které varíují v relativní míře autonomie – tři druhy vnitřní motivace (vědět, prožít, něčeho dosáhnout), tři druhy vnější motivace (externí regulace, introjekce, identifikace) a amotivaci, jsme nepřímou, asociativně (viz. např. Blahuš, 1996) měřili pomocí české verze dotazníku Sport motivation scale (SMS; Pelletier et al., 1995). Česká verze vznikla na základě přímého modifikovaného překladu v kombinaci s analýzou protokolu (Studie 1 této disertační práce) a považujeme ji za dostatečně ekvivalentní verzi anglické. Validizační studie v zahraničí, stejně jako výsledky Studie 4 této disertační práce poukazují na přijatelnou generickou reliabilitu skóru získaného pomocí tohoto diagnostického prostředku. SMS obsahuje 28 položek a každý ze tří subkonstruktů motivace je na empirické úrovni reprezentován čtyřmi indikátory (položkami) v dotazníku SMS. V dotazníku jsou testované osoby tázány na důvod, proč sportují a jednotlivé položky jsou kvantifikovány pomocí Likertovy 7 stupňové škály, na které respondenti vyznačují míru, s jakou jsou pro ně jednotlivé důvody pravdivé či charakteristické (1 – vůbec ne, ..., 7 – absolutně ano). Pozorovaný skór může tedy teoreticky variovat od 4 do 28, přičemž vyšší hodnota naznačuje vyšší úroveň měřeného subkonstruktů motivace.

Dotazník sociální tělesné úzkosti

Úroveň sociální tělesné úzkosti jsme u našich respondentů měřili pomocí české verze Social physique anxiety scale (SPAS; Hart, Leary, Rejeski, 1989), která vznikla na základě přímého modifikovaného překladu v kombinaci s analýzou protokolu (Studie 1 této disertační práce) a považujeme ji za dostatečně ekvivalentní verzi anglické. V tomto případě se jednalo již o vylepšenou 8 položkovou verzi, která vznikla na základě Studie 2 této disertační práce. Předchozí výzkum (Hagger et al., 2007; Motl, Conroy, 2000; Studie 2 této disertační práce) demonstroval adekvátní interní konzistenci této škály. V aktuální studii by se reliabilita SPAS dala hodnotit jako velice dobrá ($\alpha = 0,91$). Tento inventář, původně validizovaný pro americkou populaci, obsahuje výroky týkající se obav či úzkosti, kterou lidé zažívají při prezentování svého fyzického v hodnotícím kontextu. Každá z položek SPAS je kvantifikována pomocí Likertovy 5 stupňové škály (viz. Trochim, 2006), na které respondenti vyznačují míru, s jakou jsou pro ně jednotlivé položky pravdivé či charakteristické (1 – vůbec ne, ..., 5 – absolutně ano). Pozorovaný skóre může tedy teoreticky variovat od 8 do 40, a čím vyšší je skóre respondenta, tím vyšší je jeho sociální tělesná úzkost.

Profil tělesného sebepojetí

6 položek z české verze Physical self perception profile (PSPP; Fox, Corbin, 1989) bylo využito pro měření tělesné sebeúcty. PSPP byl validizován na vzorku českých vysokoškolských studentů Tomešovou (2005). U každé položky jsou dva výroky (např.: „Někteří lidé jsou hrdí na to, jací jsou a co dokážou po fyzické stránce. Jiní na to, jací jsou a co po fyzické stránce dokážou, tak docela hrdí nejsou.“), mezi kterými si musí respondent vybrat a posléze vyjádřit míru souhlasu s daným výrokiem (zcela pravda, částečně pravda). Odpovědi jsou tedy kvantifikovány pomocí Likertovy 4 stupňové škály. PSPP je široce využívaným výzkumným nástrojem a autoři poukazují na jeho dostatečnou validitu a reliabilitu (Byrne, 1996; Tomešová, Štochl, 2006). Interní konzistence hodnocená pomocí Cronbachova alfa byla v našem souboru rovněž přijatelná ($\alpha = 0,81$).

Rosenbergova škála sebehodnocení

Česká verze Rosenberg self-esteem scale (RSES; Rosenberg, 1965) byla využita pro měření globální sebeúcty. Validitu v českém prostředí ověřovali Blatný a Osecká (Blatný, Osecká, 1994; Osecká, Blatný, 1997). RSES obsahuje 10 položek, které jsou

formulovány jako výroky (např.: „Myslím si, že mám řadu dobrých vlastností.“), se kterými respondenti na Likertově 4 stupňové škále vyjadřují míru souhlasu (1 – zcela neplatí, ..., 4 – zcela platí). I v tomto případě byla generická reliabilita v aktuální studii dostatečná ($\alpha = 0,81$).

Dotazníky byly doplněny o další otázky zjišťující základní demografické údaje (pohlaví, věk). Všechny testované osoby se dotazníkového šetření účastnily dobrovolně a souhlasily se zpracováním dat pro výzkumné účely.

Analýza dat

K ověření komplexních hypotetických vztahů mezi měřenými proměnnými (navržený model – viz. Obrázek 2) byla, podobně jako v předchozích studiích (Studie 2 a 4), využita metoda strukturálního modelování (SEM – structural equation modeling; např. Blahuš, 2010; Štochl, 2008) a statistický software LISREL 8.7 (Jöreskog, Sörbom, 2005).

Kompozitní skóry vnitřní motivace (kombinace tří subškál vnitřní motivace), vnější motivace (kombinace tří subškál vnější motivace) a amotivace, získané pomocí české verze SMS, spolu s pohlavím, vystupovaly v testovaném strukturálním modelu jako exogenní proměnné. Globální sebeúcta, měřená pomocí RSES, vystupovala v modelu jako latentní endogenní (závislá) proměnná. Latentní proměnné představující tělesné sebepojetí a sociální tělesnou úzkost měly charakter jak endogenních, tak exogenních proměnných a bylo tedy možné ověřit jejich případný mediační efekt ve vztahu sebedeterminované motivace ve sportu a globální sebeúcty.

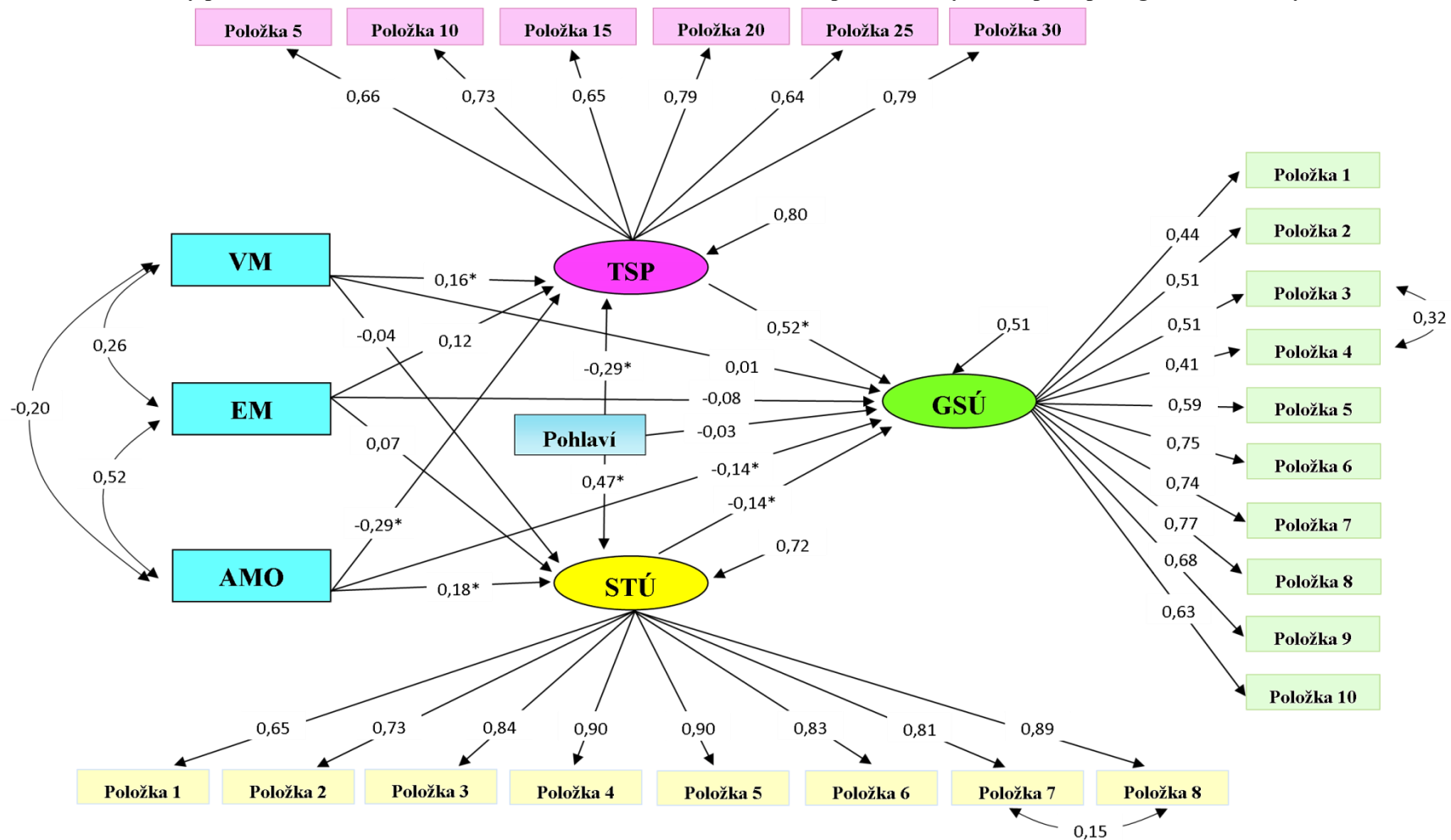
Pro odhad parametrů modelu byla využita metoda maximální věrohodnosti. Několik doporučených indexů fitu bylo využito pro hodnocení shody modelu s daty: CFI, NNFI (kritická hodnota akceptovatelnosti modelu $\geq 0,95$); RMSEA a SRMR (kritická hodnota akceptovatelnosti modelu $\leq 0,08$). Vzhledem k velikosti souboru byla chi-kvadrát statistika využita rovněž pouze jako index shody modelu s daty (vzhledem k relativně velkému počtu testovaných osob může chi-kvadrát test zachytit statisticky signifikantní rozdíly, které však nejsou signifikantní z praktického hlediska). Signifikanci strukturálních parametrů jsme testovali na hladině významnosti $\alpha = 0,05$. Pro detailnější pochopení vzájemného fungování vztahů uvažovaných proměnných jsme využili rovněž testy celkových a nepřímých efektů.

VÝSLEDKY

Strukturální model, specifikovaný na Obrázku 2, dosáhl celkem dobrou shodu s daty: $\chi^2_{(336)} = 1426,63$ ($p < 0,001$); RMSEA = 0,086; CFI = 0,94; NNFI = 0,94; SRMR = 0,058. Vysoká hodnota indexu RMSEA, stejně jako modifikační indexy modelu související s kovariancí jedinečností manifestních indikátorů sociální tělesné úzkosti a globální sebeúcty však naznačily možnosti jeho zlepšení.

Dva nejvyšší modifikační indexy souvisely s jedinečnostmi manifestních indikátorů globální sebeúcty (položky 3 a 4) a sociální tělesné úzkosti (položky 7 a 8). V případě sociální tělesné úzkosti se jednalo o položky, které mohli jedinci vnímat podobně z důvodu jejich zaměření na situace charakteristické velkým tlakem (hodnocení postavy ostatními, odhalování se v plavkách). V případě globální sebeúcty to byly položky, které již Blatný a Osecká (1994) i Osecká a Blatný (1997) označili za nejsilnější indikátory tzv. „sociálního srovnávání“ – teoretického sub-konstruktu globální sebeúcty identifikovaného v české populaci. Je možné, že jednofaktorový model globální sebeúcty měřené pomocí RSES (i když fit jednofaktorového modelu v našem vzorku byl přijatelný) nedokáže zachytit tyto jemné odlišnosti charakteristické pro české prostředí (Macek, 1997; Macek, Osecká, 1994 in Urbánek 2000). Rozhodli jsme se tedy tyto dvě logicky i teoreticky opodstatněné změny zakomponovat do modelu. Odhad dalších dvou parametrů (kovariancí mezi jedinečnostmi avizovaných položek) vedl k rapidnímu poklesu chi-kvadrát statistiky ($\chi^2_{(2)} = 220,01$; $p < 0,001$), stejně jako k vylepšení všech indexů hodnotících shodu modelu s daty: RMSEA = 0,077; CFI = 0,96; NNFI = 0,95; SRMR = 0,056. Tento model byl tedy přijat jako finální. Odhady parametrů jsou znázorněny na Obrázku 3.

Obrázek 3 – Odhady parametrů finálního strukturálního modelu vztahu motivace ve sportu, tělesných sebepercepcí a globální sebeúcty



Fit modelu: $\chi^2_{(334)} = 1206,61$ ($p < 0,001$); RMSEA = 0,077; CFI = 0,96; NNFI = 0,95; SRMR = 0,056

Vysvětlivky: VM – vnitřní motivace, EM – externí motivace, AMO – amotivace, TSP – tělesné sebepojetí, STÚ – sociální tělesná úzkost, GSÚ – globální sebeúcta.

Jednosměrné šipky představují regresní vztahy, obousměrné šipky představují korelační vztahy.

Poznámka: Na obrázku nejsou znázorněny jedinečnosti položek; všechny faktorové zátěže byly signifikantní na hladině $\alpha = 0,05$

Všechny parametry modelu měření (faktorové zátěže) byly statisticky signifikantní (jejich významnost tudíž v Obrázku 3 není znázorněna). Očekávaný pozitivní přímý efekt vnitřní motivace ve sportu na tělesné sebepojetí byl statisticky významný (přímý efekt = 0,16; $p < 0,05$). Na druhou stranu, i když je regresní koeficient mezi vnitřní motivací a sociální tělesnou úzkostí v předpokládaném směru, nebyl statisticky významný (přímý efekt = -0,04; $p = 0,81$). Překvapivě, vnější motivace ve sportu neměla významný přímý vztah s žádným dalším teoretickým konstruktem (viz. Obrázek 2). Amotivace měla signifikantní negativní vztah k tělesnému sebepojetí (přímý efekt = -0,29; $p < 0,05$) a signifikantní pozitivní vztah k sociální tělesné úzkosti (přímý efekt = 0,18; $p < 0,05$). Ženy v našem souboru měly významně nižší úroveň tělesného sebepojetí (přímý efekt pohlaví = -0,29; $p < 0,05$) a vyšší úroveň sociální tělesné úzkosti (přímý efekt pohlaví = 0,49; $p < 0,05$).

Při predikci globální sebeúcty byl zaznamenán významný pozitivní celkový efekt vnitřní motivace (celkový efekt = 0,10; $p < 0,05$), přičemž podstatnou část (86%) tohoto efektu tvořil nepřímý efekt (0,86; $p < 0,05$) zprostředkovaný zejména tělesným sebepojetím (přímý efekt tělesného sebepojetí na globální sebeúctu = 0,52; $p < 0,05$) – Tabulka 1. Negativní signifikantní přímý efekt amotivace na globální sebeúctu (přímý efekt = -0,14; $p < 0,05$) poukazuje na parciální mediaci celkového efektu amotivace na globální sebeúctu (celkový efekt = -0,31; $p < 0,05$) prostřednictvím tělesného sebepojetí a sociální tělesné úzkosti (nepřímý efekt = -0,17; $p < 0,05$). Vzhledem k nevýznamnému přímému efektu pohlaví na globální sebeúctu můžeme tvrdit, že významný celkový efekt (celkový efekt = -0,252; $p < 0,05$; což při daném kódování naznačuje nižší úroveň globální sebeúcty u žen) je v tomto případě plně mediován tělesným sebepojetím a sociální tělesnou úzkostí (nepřímý efekt = -0,219; $p < 0,05$).

Tři druhy motivace společně s pohlavím vysvětlily 20% rozptylu tělesného sebepojetí a 28% rozptylu sociální tělesné úzkosti. Celkově potom strukturální model vysvětlil 49% rozptylu globální sebeúcty.

Tabulka 1**Standardizované přímé a nepřímé efekty motivace a pohlaví na globální sebeúctu**

	Celkový efekt	Nepřímý efekt	Přímý efekt
Vnitřní motivace → Globální sebeúcta	0,100*	0,086*	0,014
Vnější motivace → Globální sebeúcta	-0,025	0,051	-0,076
Amotivace → Globální sebeúcta	-0,313*	-0,174*	-0,139*
Pohlaví → Globální sebeúcta	-0,252*	-0,219*	-0,033

* $p < 0,05$

DISKUZE

Výsledky této studie podpořily navržený strukturální model, ve kterém různé druhy motivace ve sportu, které varíují v relativní míře autonomie jednajícího subjektu, ovlivňují jak specifické sebehodnocení spojené s tělem, tak hodnocení sebe sama na globální úrovni. Ve shodě s Thogersen-Ntoumaniovou a Ntoumanim (2006) tak můžeme tvrdit, že motivace ve sportu je významným prediktorem jak pozitivních (tělesné sebepojetí), tak negativních (sociální tělesná úzkost) tělesných sebepercepčí. Ve shodě s principy teorie sebedeterminace jsme pozorovali pozitivní důsledky sebedeterminované (vnitřní) motivace ve sportu v podobě významné pozitivní vazby na tělesné sebepojetí. Toto zjištění podporuje představu, že zvyšováním vnitřní motivace ve sportu je možné zdokonalit rovněž tělesné sebevnímání (Fox, 1997; Thogersen-Ntoumani, Ntoumani, 2006). Na druhou stranu amotivace, která je obecně spojována s negativními důsledky, jako je třeba znuđenost, pocity neštěstí, pohybová inaktivita, vedla v našem souboru sportujících vysokoškoláků k významně nižšímu tělesnému sebepojetí a vyšší sociální tělesné úzkosti. Podobné vzory vztahů mezi amotivací, tělesným sebepojetím a sociální tělesnou úzkostí byly pozorovány u anglických návštěvníků fitness-center (Thogersen-Ntoumani, Ntoumani, 2006).

Výsledky této studie však rovněž poukazují na možné využití kontextově specifické motivace ve sportu jakožto významného prediktoru globální sebeúcty. Globální sebeúcta byla v tomto smyslu pozitivně predikována vnitřní motivací, přičemž dle našich očekávání byl vztah vnitřní motivace a globální sebeúcty plně mediován kontextuálně specifickým teoretickým konstruktem tělesného sebepojetí. Tento fakt tedy podporuje hypotetický hierarchický model motivace (Vallerand, 1997), který předpokládá, že kontextuálně specifický typ motivace bude predikovat zejména

kontextuálně specifické výstupní proměnné. Na druhou stranu, pouze parciální mediace vztahu amotivace ve sportu a globální sebeúcty, pomocí pozitivních (tělesné sebepojetí) i negativních (sociální tělesná úzkost) tělesných sebepercepcí, poukazuje na přesahy kontextuálně specifického typu motivace ve sportu při predikci výstupních proměnných na vyšší úrovni obecnosti. Můžeme tedy říct, že motivace ve sportu je u sportujících vysokoškolských studentů významným antecedentem globální sebeúcty i v případě, že je kontrolován mediační efekt tělesných sebepercepcí jakožto konstruktů, které jsou sportovnímu kontextu blízké.

V souladu s předchozími empirickými výzkumy (Hagger, Stevenson, 2010; Martin, Mack, 1996; Motl, Conroy, 2001; Thogersen-Ntoumani, Ntoumani, 2006; Tomešová, 2005) byly v této studii pozorovány významné rozdíly v konstruktech tělesné sebepercepce mezi muži a ženami. Muži v našem vzorku zažívali nižší sociální tělesnou úzkost a měli vyšší tělesné sebepojetí než ženy. Zajímavé však je, že vztah pohlaví a globální sebeúcty byl plně mediován právě tělesnou sebepercepcí. Tento fakt poukazuje na významné postavení, které tělesné sebepercepce zaujímají v globální sebeúctě u aktivně sportujících vysokoškoláků. Podstatné však je, že i v případě kontroly efektu pohlaví byl příspěvek motivace ve sportu významný pro predikci globální sebeúcty.

V souvislosti s interpretací výsledků této studie je nutné uvést několik limitací. I když navržený strukturální model byl pro popis našich dat přijatelný, průřezový charakter studie nedovoluje vyvozovat kauzální směr v pozorovaných vztazích. Nemůžeme tedy vyloučit, že tělesné sebepercepce či globální sebeúcta predikují motivaci ve sportu. Zajímavým úkolem dalšího vědeckého snažení by mohlo být nalezení pravděpodobného směru vztahu mezi avizovanými teoretickými konstrukty, například využitím longitudinálních typů studií či intervenčních programů. Dále, v této studii nebyly měřeny mechanismy, pomocí kterých jedinci nabývali autonomních, nebo neautonomních forem motivace (případně amotivace). Teorie sebedeterminace totiž přepokládá, že naplnění tří základních psychologických potřeb (potřeba autonomie, kompetence a vztahů) podporuje sebedeterminované formy motivace (vnitřní motivaci). Naopak, nenaplnění těchto potřeb je spojováno s neautonomními formami motivace a amotivací. Pro hlubší pochopení by bylo vhodné v budoucnu prozkoumat,

kteřé sociální faktory (např. styl vedení trenéra, motivační styl instruktora fitness, atmosféra ve sportovním kolektivu) jsou pro naplnění základních psychologických potřeb ve sportu zásadní a vedou tak k potenciálně k pozitivním důsledkům, jako je například vysoká sebeúcta. Jako další omezení by bylo možné vnímat použití jednoho kompozitního skóru vnější motivace spojením subškál vnějších typů motivací různého stupně autonomie. I když má tento přístup určité výhody (řeší případnou nízkou reliabilitu některé ze spojovaných škál, snižuje počet odhadovaných parametrů ve strukturálním modelu, čímž zjednodušuje model), současný výzkum (Gaudreau, Antl, 2008; Longbotton, Grove, Dimmock, 2012) naznačuje, že využití kompozitních skóřů v podobných situacích (např. využití sebedeterminačního indexu – tedy spojení všech typů motivace do jednoho indexu) omezuje dosažená zjištění. V případě dostatečné velikosti vzorku tedy doporučujeme, při predikci tělesných sebepercepceí či globální sebeúcty, prozkoumat efekt všech typů vnější motivace, diskutovaných v rámci teorie sebedeterminace.

Závěrem lze říci, že tato studie nabídla vřled do komplexních vztahů motivace ve sportu, tělesných sebepercepceí a globální sebeúcty u sportujících vysokoškolských studentů. Konkrétně bylo poukázáno, že kontextuálně specifická motivace ve sportu je asociována s globální sebeúctou, přičemž tento vztah je z části mediován tělesnými sebepercepceí jedince. Toto zjištění může být zajímavé a přínosně zejména pro odborníky z oblasti tělesné výchovy a sportu. Vřhledem k tomu, že globální sebeúcta je jedním z nejsilnějších indikátorů psychologického well-beingu a spokojenosti s kvalitou života, může uspokojení základních psychologických potřeb (autonomie, kompetence a potřeba vztahů) a zvyšování sebedeterminovaného chování právě ve specifickém prostředí sportu vést k žádoacím psychologickým důsledkům i na globální úrovni.

CELKOVÉ ZÁVĚRY DISERTAČNÍ PRÁCE

Hlavním cílem této disertační práce bylo ověření vztahu kontextuálně specifické motivace ve sportu ke globální sebeúctě a možných mediačních efektů tělesných sebepercepce tohoto vztahu. Jelikož k naplnění tohoto cíle směřovalo šest samostatných studií, přičemž každá ze studií sledovala specifický cíl, v následujícím textu se nejprve věnujeme všem podstatným zjištěním z těchto studií.

Cílem Studie 1 bylo zajištění tzv. překladové ekvivalence při překladu dotazníků prostředků Sport motivation scale (SMS; Pelletier et al., 1995) a Social physique anxiety scale (SPAS; Hart, Leary, Rejeski, 1989) do českého jazyka. České verze dotazníků SMS a SPAS vznikly na základě přímého modifikovaného překladu v kombinaci s analýzou protokolu a považujeme je za dostatečně ekvivalentní verzím původním.

Cílem Studie 2 bylo srovnání faktorové struktury (testování invariance faktorové struktury) sociální tělesné úzkosti měřené dotazníkem SPAS u dvou skupin studentů s různou frekvencí vykonávání pohybových aktivit. Na základě výsledků můžeme tvrdit, že modifikovaná unidimenzionální 8 položková česká verze SPAS, bez pozitivně formulovaných položek, poskytuje smysluplné srovnání průměrných skóre u různých skupin. Naše výsledky taktéž poukázaly na vyšší průměrný skóre sociální tělesné úzkosti u ženské části populace. Tento fakt opět podporuje validitu inference skóre získaného pomocí této verze SPAS. Rovněž reliabilita tohoto diagnostického prostředku by se dala hodnotit jako uspokojivá (Cronbachovo $\alpha = 0,88$) a můžeme tedy 8 položkovou českou verzi SPAS doporučit jako vhodný nástroj pro potřeby měření sociální tělesné úzkosti v českých podmínkách.

Ve 3 studii jsme se zaměřili na validitu skóre sociální tělesné úzkosti, získaného pomocí české verze SPAS, s využitím tzv. „known difference“ přístupu, ve kterém se předpokládá, že dvě či více populací se liší s ohledem na měřený konstrukt. V tomto smyslu jsme pozorovali, podobně jako v předchozí studii (Studie 2), významné rozdíly v sociální tělesné úzkosti mezi muži a ženami i v odlišném výzkumném souboru. Zaznamenány byly rovněž rozdíly mezi ženami, které držely, nebo naopak nedržely redukční diety. Ženy, které držely redukční dietu, zažívaly sociální tělesnou úzkost

v podstatně větší míře než ženy, které se svou tělesnou hmotností nesnažily snižovat pomocí redukčních diet. Tyto výsledky opět podporují validitu použití testového skóru, získaného pomocí 8 položkové verze SPAS u českých vysokoškolských studentů.

Cílem Studie 4 bylo ověření faktorové validity a reliability skóru získaného českou verzí dotazníku Sport motivation scale (SMS) ve vzorku českých sportujících vysokoškoláků. Pomocí strukturálního modelování (konfirmativní faktorové analýzy) jsme dospěli k závěru, že hypotetický sedmifaktorový model je vhodným popisem struktury dotazníku v námi zkoumané populaci. Více-skupinovou konfirmativní analýzu jsme použili pro otestování sedmifaktorové struktury dotazníku SMS v předem definovaných podskupinách (muži, ženy, individuální sporty, kolektivní sporty) za účelem cross-validace. Výsledky víceskupinové analýzy potvrdily shodu faktorové struktury, faktorových zátěží a jedinečností indikátorů jak vzhledem k pohlaví (muži, ženy), tak vzhledem k druhu provozovaného sportu (individuální sporty, kolektivní sporty). Tyto výsledky poukazují na validitu skóru získaného pomocí české verze dotazníku SMS. Reliabilita jednotlivých sub-škál, odhadnutá na základě faktorového modelu, byla přijatelná (McDonaldovo $\omega = 0,75-0,87$). Pouze v případě jedné sub-škály, měřící identifikovanou regulaci, poukazuje hodnota reliability ($\omega = 0,65$) na možnosti zlepšení případným navýšením indikátorů nebo změnou formulace indikátorů aktuálních. Jelikož v České republice dosud neexistuje diagnostický prostředek, který by adekvátně měřil vnitřní a vnější motivaci a amotivaci ve sportu, lze českou verzi dotazníku SMS doporučit jako užitečný diagnostický nástroj pro měření těchto důležitých teoretických konstruktů v českém prostředí.

Cílem Studie 5 byla analýza vnitřní motivace, vnější motivace a amotivace ve sportu, u českých vysokoškolských studentů s ohledem na úroveň sportování (rekreačně/soutěžně) a pohlaví. Dle očekávání byla pozorovaná vyšší úroveň externí regulace u soutěžně sportujících jedinců, což podporuje obecné přesvědčení, že dnešní soutěžní sport je s externími tlaky a odměnami neoddelitelně spojen. Vyšší úroveň externí regulace a amotivace v mužské části našeho souboru je rovněž v souladu s předešlými empirickými výzkumy. Tyto pozorované rozdíly poskytují další důkaz validity měření různých druhů motivace ve sportu pomocí české verze SMS (known-difference přístup). Je však také nutné zmínit, že v našem souboru nebyly nalezeny

rozdíly ve vnitřní motivaci s ohledem na pohlaví, ani s ohledem na úroveň sportování. Tyto odchylky od původních validizačních studií si vysvětlujeme zejména odlišností výzkumného souboru vzhledem k druhu vykonávaného sportu. Vzhledem k tomu, že toto je první studie v ČR, která explicitně měří různé druhy motivace ve sportu postulované na základě teorie sebedeterminace bude však toto vysvětlení nutné detailněji prozkoumat.

Ve Studii 6 jsme se zaměřili na hlavní cíl této disertační práce a zodpovězení vědeckých otázek: „Jaký je vztah kontextuálně specifické motivace ve sportu ke globální sebeúctě? Jaké jsou možné mediační efekty tělesných sebepercepcí tohoto vztahu?“. Výsledky této studie podpořily navržený strukturální model, ve kterém různé druhy motivace ve sportu (které varíují v míře relativní autonomie jednajícího subjektu) ovlivňují jak specifické sebehodnocení spojené s tělem, tak hodnocení sebe sama na globální úrovni. Dle předpokladu, motivace ve sportu byla významným prediktorem jak pozitivních (tělesné sebepojetí), tak negativních (sociální tělesná úzkost) tělesných sebepercepcí. Vztah motivace a globální sebeúcty byl z velké části mediován právě tělesnými sebepercepceci jedince. Podstatné však je, že při kontrole efektů pohlaví a mediačních efektů tělesných sebepercepcí byl nalezen přímý negativní vztah amotivace a globální sebeúcty. Tento fakt poukazuje na možné přesahy kontextuálně specifického typu motivace ve sportu při predikci výstupních proměnných na vyšší úrovni obecnosti. Toto zjištění může být zajímavé a přínosné zejména pro odborníky z oblasti tělesné výchovy a sportu. Vzhledem k tomu, že globální sebeúcta je jedním z nejsilnějších indikátorů psychologického well-beingu a spokojenosti s kvalitou života, může uspokojení základních psychologických potřeb (autonomie, kompetence a potřeba vztahů) a zvyšování sebedeterminovaného chování právě ve specifickém prostředí sportu vést k žádoucím psychologickým důsledkům i na globální úrovni.

SEZNAM LITERATURY

- Blahuš, P. (1996). Concept formation via latent variables modeling of motor abilities. *Kinesiology*, 28(2), 12-21.
- Blahuš, P. (2010). *Methodology-based introduction to behavioral statistics, test theory and the latent factors model*. (Unpublished manuscript).
- Blatný, M., & Osecká, L. (1994). Rosenbergova škála sebehodnocení: Struktura globálního vztahu k sobě. *Československá psychologie*, 38, 481–488.
- Blatný, M., et al. (2010). *Psychologie osobnosti: hlavní témata, současné přístupy*. Praha: Grada.
- Byrne, M. B. (1996). *Measuring self-concept across the lifespan: Issues and instrumentation*. Washington, DC.: American Psychological Association.
- Byrne, M. B. (2012). *Structural equation modeling with Mplus*. New York: Routledge.
- Deci, E. L. (1975). *Intrinsic motivation*. New York: Plenum Press.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum Press.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “what“ and “why“ of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11, 227-268.
- Fox, K. R. (1997). Let's get physical. In K. R. Fox (Ed.), *The physical Self: From motivation to well-being*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Fox, K. R., & Corbin, C. B. (1989). The Physical self-perception profile: Development and preliminary validation. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 77(4), 408-430.
- Gaudreau, P., & Antl, S. (2008) Athletes and dimensions of dispositional perfectionism: Examining changes in life satisfaction and mediating role of sport related motivation and coping. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 30, 356-382.

- Hagger, M. S., & Chatzisarantis, N. L. D. (2007). *Intrinsic motivation and self-determination theory in exercise and sport*. Champaign: Human Kinetics.
- Hagger, M. S., Aşçi, F. H., Lindwall, M., Hein, V., Mülazimoglu-Balli, Ö., Tarrant, M., Pastor, R. Y., & Sell, V. (2007). Cross-cultural validity and invariance of the social physique anxiety scale in five European nations. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sport*, 17, 703-719.
- Hagger M. S., & Stevenson, A. (2010). Social physique anxiety and physical self-esteem: Gender and age effects. *Psychology and Health*, 25(1), 89-110.
- Hart, E. A., Leary, M. R., & Rejeski, W. J. (1989). The measurement of social physique anxiety. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11, 94-104.
- Hendl, J. (2012). *Přehled statistických metod*. Praha: Portál.
- Chatzisarantis, N. L. D., Hagger, M. S., Biddle, S. J. H., Smith, B., & Wang, J. C. K. (2003). A meta-analysis of perceived locus of causality in exercise, sport, and physical education contexts. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 25, 284-306.
- Ingledeew, D. L., Markland, D., & Sheppard, K. E. (2004). Personality and self-determination of exercise behavior. *Personality and Individual Differences*, 36, 1921-1932.
- Jöreskog, K. G., & Sörbom, D. (2005). Lisrel (Version 8,71). Lincolnwood, Illinois: Scientific Software International, Inc.
- Longbotton, J. L., Grove, J. R., & Dimmock, J. A. (2012). An examination of perfectionism traits and physical activity motivation. *Journal of Sport and Exercise*, 11, 574-581.
- Macek, P. (1997). *Psychosociální charakteristiky adolescentů 90. let*. Brno: FF MU.
- Martin, K. A., & Mack, D. (1996). Relationships between self-presentation and sport competition trait anxiety: A preliminary study. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 18, 75-82.

- Motl, R. W., & Conroy, D. E. (2000). Validity and factorial invariance of the Social physique anxiety scale. *Medicine, Science, Sports and Exercise*, 32, 1007-1017.
- Motl, R. W., & Conroy, D. E. (2001). The Social physique anxiety scale: Cross validation, factorial invariance and latent mean structure. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 2, 81-95.
- Osecká, L., & Blatný, M. (1997). Struktura globálního vztahu k sobě: Rosenbergova škála sebehodnocení – replikace. *Československá psychologie*, 41, 481-486.
- Pelletier, L. G., Fortier, M. S., Vallerand, R. J., Brière, N. M., Tuson, K. M., & Blais M. R. (1995). Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation and amotivation in sports: The Sport motivation scale (SMS). *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 17, 35-53.
- Pelletier, L. G., & Sarrazin, P. (2007). Measurement issues in self-determination theory and sport. In M. S. Hagger, N. L. D. Chatzisarantis (Eds.), *Intrinsic motivation and self-determination theory in exercise and sport*. Campaign: Human Kinetics.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton: Princeton University Press.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2007). Active human nature. In M. S. Hagger, N. L. D. Chatzisarantis (Eds.), *Intrinsic motivation and self-determination theory in exercise and sport*. (pp. 1-22). Campaign: Human Kinetics.
- Standage, M. Gillison, F., & Treasue, D. C. (2007). Self-determination and motivation in physical education. In M. S. Hagger, N. L. D., Chatzisarantis (Eds.), *Intrinsic motivation and self-determination theory in exercise and sport*. (pp. 71-85). Campaign: Human Kinetics.
- Štochl, J. (2008). *Structure of motor symptoms of Parkinson's disease*. Prague: Karolinum.
- Thogersen-Ntoumani, C., & Ntoumani, N. (2006). The role of self-determined motivation in the understanding of exercise-related behaviours, cognitions and physical self-evaluations. *Journal of Sport Sciences*, 24(4), 393-404.

- Tomešová, E. (2005). *Tělesné sebepojetí a sebeúcta: mezikulturní převod a validizace profilu tělesného sebepojetí*. Disertační práce, Praha: FTVS UK.
- Tomešová, E., & Štochl, J. (2006). Cross-cultural validity and reliability of Czech version of physical self-perception profile. *Acta Universitatis Carolinae Kinanthropologica*, 42(1), 55-62.
- Trochim, M. K. (2006). Research methods knowledge base. Retrieved 23.1., 2011, from <http://www.socialresearchmethods.net/kb/index.php>
- Urbánek, T. (2000). *Strukturální modelování v psychologii*. Brno: Edice.
- Vallerand, R. J. (1997). Toward a hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation. In M. P. Zanna (Ed.), *Advances in experimental social psychology*. (pp. 271-257). New York: Academic Press.
- Vansteenkiste, M., Soenes, B., & Lens, W. (2007). Intrinsic versus extrinsic goal promotion in exercise and sport: Understanding the differential impacts on performance and persistence. In M. S. Hagger, N. L. D. Chatzisarantis (Eds.), *Intrinsic motivation and self-determination theory in exercise and sport*. (pp. 167-180). Campaign: Human Kinetics.
- Wilson, P. M., & Rodgers, W. M. (2007). Self-determination theory, exercise, and well-being. In M. S. Hagger, N. L. D. Chatzisarantis (Eds.), *Intrinsic motivation and self-determination theory in exercise and sport*. (pp. 101-112). Campaign: Human Kinetics.
- Zamboni, D., Crawford, I., & Carrico, A. (2008). Predictors of sport motivation among gay and bisexual men. *Journal of Homosexuality*, 54, 449-468.