

Univerzita Palackého v Olomouci
Fakulta tělesné kultury

DIPLOMOVÁ PRÁCE

Univerzita Palackého v Olomouci
Fakulta tělesné kultury

KOHERENCE V ŽIVOTNÍ DRÁZE VYBRANÝCH VĚNUJÍCÍCH SE KITEBOARDINGU

Diplomová práce

Autor: Bc. Silvie Šilingerová, Rekreatologie

Vedoucí práce: PhDr. Jana Hoffmannová, Ph.D.

Olomouc 2015

Jméno a příjmení autora: Bc. Silvie Šilingerová

Název bakalářské práce: Koherence v životní dráze vybraných věnujících se kiteboardingu

Pracoviště: Katedra přírodních věd v kinantropologii

Vedoucí bakalářské práce: PhDr. Jana Hoffmannová, Ph.D.

Rok obhajoby: 2015

Abstrakt: Cílem naší práce je zjistit, jak se kiteboarding promítá do osobní koherence jedince, který se tomuto sportu věnuje. Účastníky výzkumu jsou jezdci (5) a jezdkyňe (2) ve věkovém rozpětí 27 až 45 let, kteří na profesionální, výkonnostní či lektorské úrovni provozují kiteboarding. Sběr dat proběhl prostřednictvím metod focus group, individuálního rozhovoru a čáry života. Analýza a interpretace dat byla realizována pomocí metody utváření trsů a metody kontrastů a srovnávání. Výsledek tvoří pět kategorií: osobní identita, komunita, zdraví, vnější okolnosti a představy o budoucnosti.

Klíčová slova

- integrace, integrita, koherence, salutogeneze, Sense of Coherence, biodromální přístup, kiteboarding

Souhlasím s půjčováním diplomové práce v rámci knihovních služeb.

Author's first name and surname: Bc. Silvie Šilingerová

Title of the bachelor thesis: Coherence in the life course chosen dealing in kiteboarding

Department: Department of Natural Science in Kinanthropology

Supervisor: PhDr. Jana Hoffmannová, Ph.D.

The year of presentation: 2015

Abstract: The aim of our diploma thesis is to find out how kiteboarding transfers into individual personal coherence who is interested in this sport. Research participants are riders (5) and rider (2) in the age range 27-45 years, who have a professional, performance or kiteboarding instructor level run. The data were collected through focus group methods, individual interviews and life line. Analysis and interpretation of the data was carried out using the method of forming clumps and methods of contrasts and comparisons. The result is composed of five categories: personal identity, community, health, appearances and visions of the future.

Keywords:

- integration, integrity, coherence, salutogenesis, Sense of Coherence, biodromal access, kiteboarding

I agree the thesis paper to be lent within the library service.

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci zpracovala samostatně pod vedením PhDr. Jany Hoffmannové, Ph.D., uvedla všechny použité literární a odborné zdroje a dodržovala zásady vědecké etiky.

V Olomouci dne 28. 4. 2015

.....

Děkuji PhDr. Janě Hoffmannové, Ph.D. za pomoc a cenné rady, které mi poskytla při zpracování diplomové práce. Dále bych chtěla poděkovat všem účastníkům, kteří mi pomohli zrealizovat výzkum a v neposlední řadě rodině a blízkým za pomoc a psychickou podporu.

OBSAH

1 ÚVOD	9
2 TEORETICKÉ POZNATKY	11
2.1 Proces integrace ve vývoji osobnosti.....	11
2.2 Integrita jako výsledek integračního procesu	14
2.2.1 Koherence	15
2.3 SOC – Integrovanost osobnosti v salutogenetickém pojetí A. Antonovského	16
2.3.1 Salutogeneze	16
2.3.2 Sense of coherence (SOC).....	16
2.4 Biodromální přístup	17
2.5 Extrémní sport	19
2.5.1 Kiteboarding	20
2.5.2 Historie kiteboardingu.....	24
2.5.3 Vybavení.....	25
2.5.4 Fyziologické požadavky kiteboardingu	26
3 CÍLE PRÁCE A VÝZKUMNÉ OTÁZKY	28
3.1 Cíle intelektuální.....	28
3.2 Cíle praktické.....	28
3.3 Cíle osobní.....	28
3.4 Úkoly a postup řešení.....	29
3.5 Výzkumné otázky	29
4 METODIKA	30
4.1 Metody sběru kvalitativních dat	31
4.1.1 Metoda focus group (ohniskové skupiny)	32
4.1.2 Metoda čáry života (Metoda životní křivky)	33
4.1.3 Metoda polostrukturovaného interview	34
4.1.4 Přepis rozhovorů	35
4.1.5 Triangulace metod.....	36

4.2 Metody analýzy dat.....	36
4.2.1 Metoda utváření trsů	37
4.2.2 Metoda kontrastů a srovnávání	37
5 ZKOUMANÝ SOUBOR	39
5.1 Demografické a relevantní osobní údaje výzkumného souboru.....	39
5.2 Etika výzkumu	42
5.3 Focus group (FG).....	42
5.4 Individuální rozhovor.....	44
5.5 Čára života.....	45
6 VÝSLEDKY A DISKUZE	47
6.1 Osobní identita.....	47
6.2 Komunita	50
6.3 Zdraví.....	52
6.4 Limity.....	54
6.5 Představy o budoucnosti	56
7 ZÁVĚRY	58
8 SOUHRN	60
9 SUMMARY	61
10 REFERENČNÍ SEZNAM.....	63
11 SEZNAM PŘÍLOH	67

1 ÚVOD

Člověk je velmi složitá bytost, ve které probíhá nepřeborné množství procesů, které se navzájem prolínají. K tomu, aby člověk mohl zažívat sám sebe, potřebuje, aby vše mělo mezi sebou určité provázanosti, které zajistí jeho jednotu, soudržnost, integritu.

V průběhu života si procházíme spoustou událostí, které nám pomáhají, na základě zážitků, získávat nové zkušenosti a dovednosti, a díky kterým dochází k proměnám naší osobnosti. Důležitým krokem pro nás je, abychom si dokázali udržet určitou míru koherence - systematickosti, organizovanosti. Je nutné, aby naše tělo fungovalo jako celek, který i když je složený z jednotlivých částí, tak se projevuje jako soudržný, koherentní.

Každá osobnost se liší v procesu vnímání sebe sama a okolního světa. Pouze ona sama si volí míru své koherence. Díky individuální míře každý jiným způsobem zvládá krizové situace, výzvy a nároky, které nám připravuje vlastní život. Určitá míra osobnostní koherence je základním předpokladem duševního zdraví.

Kiteboardingu se věnuji už více než 8 let a za tu dobu jsem prošla různými situacemi, které mě buď poučily, nebo dovedly k novým zkušenostem. Naučila jsem se více vnímat okolí a lidi, kteří se kolem sportu pohybují. Pomoc kamarádovi v náročných situacích (záchrana), péče o své zdraví v průběhu kitování s sebou nese velkou míru zodpovědnosti a mnoho hodin strávených výukou teorie a praxe. Při objevování nových míst se neustále setkávám s jinými podmínkami, které obnáší nastudování dané oblasti z hlediska bezpečnosti přístupu do vody a větrných podmínek. Podmínky nejsou nikdy stoprocentně předvídatelné, proto je nutné včas vyhodnotit situaci a přizpůsobit ji danému okamžiku. Zkušenosti jsou sbírány neustále a jejich množství narůstá s každou další jízdou na kitu.

Z vlastní zkušenosti mohu říci, že kiteboarding má pozitivní vliv na osobnost jak po stránce sociální, psychologické, tak i po stránce fyzické. Je to extrémní sport, který dokáže uspokojit a přivést na jiné myšlenky. Pro některé z nás je životním stylem a přizpůsobuje se mu většina činností.

Z hlediska psychologického napomáhá k relaxaci organismu a člověk si odpočine od každodenních starostí. Přispívá k tomu jízda v kvalitních větrných podmínkách a příjemné přírodní prostředí. Sociologickou stránku naplňují lidé, jež se kiteboardingu

věnují společně s námi. Asi každý kiter nalezne komunitu, která je mu blízká a do níž se postupně integruje a přijímá pravidla této skupiny. Komunita je důležitá pro pocit jistoty a bezpečí. Po fyzické stránce není kiteboarding nijak nebezpečný, pokud se dodržují pravidla a převážně se nezpůsobují žádná vážná zranění. U některých lidí trpí kolena, která jsou při výuce triků nebo vysokých skoků, namáhána. Dostáváme ze sebe při samotné jízdě velkou dávku energie, proto je nutné ji doplňovat a nepřeceňovat vlastní síly.

V posledních dekáдах vzrůstá počet sportovních aktivit, pro které je charakteristické překonávání různých překážek, vyrovnávání se s náročnými situacemi a zvýšená míra objektivního rizika. V souvislosti s tímto trendem nás zajímá, zda se účast v takovém sportu může odrazit na způsobu zvládání náročných situací v běžném životě. Velkým pomocníkem jsou média a také společnosti, které se kiteboardingu věnují a zajišťují jeho propagaci. Dá se říci, že je nejdynamičtější se rozvíjejícím vodním sportem. Na základě vysoké poptávky vznikají různé organizace, které zajišťují jeho fungování a starají se o správný průběh uvádění sportu na trh.

2 TEORETICKÉ POZNATKY

Pro popis osobnosti bývá v různých zdrojích uvedena odlišná terminologie. Jak už bylo v úvodu zmíněno, může se jednat o termíny, které jsou synonymy nebo se objevují malé odlišnosti. Práce se věnuje osobnostní koherenci a procesu vývoje osobnosti, chápané jako komplexní adaptivní systém fungování člověka jako jednotného, integrovaného celku s důrazem na duševní zdraví (Blatný, 2010).

Teoretická část předkládá základní pojmy, kterými jsou především proces integrace ve vývoji osobnosti, integrita a koherence jako výsledek organizace zkušenosti jedince či salutogenetický přístup smyslu pro koherenci Aarona Antonovského. Na tyto pojmy navazuje i biodromální přístup, jemuž je věnována jedna z kapitol.

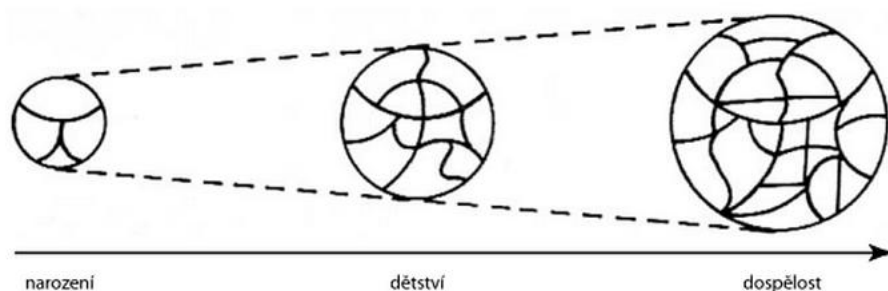
Další část představuje objasnění pojmů týkajících se problematiky kiteboardingu. Popsáno je základní vybavení potřebné ke kitingu a zmíněny jsou i fyziologické nároky, které doprovází provozování tohoto sportu.

V závěru práce je uvedeno shrnutí projednávané teoretické oblasti a jsou zde naznačena výzkumná východiska práce.

2.1 Proces integrace ve vývoji osobnosti

Sjednocení, ucelení, splynutí, proces spojování ve vyšší celek, organizace prvků, které utvářejí osobnost v uspořádaný nebo harmonický celek, to vše charakterizuje pojem integrace. Uvádějí to i Hartl, Hartlová (2000) ve svém slovníku, kde ještě doplňují, že integrace je jednotné, neoddělitelné spolupůsobení, součinnost různých psychologických procesů vzájemně se slučujících.

Pokud vezmeme v potaz **vývoj osobnosti**, je typický svou rostoucí složitostí. Je to velmi podobné jako u lidského těla, které se vyvíjí od jedné buňky až po řadu specializovaných mnohobuněčných orgánů, jež představují stále složitěji řízený celek (viz. Obrázek 1), stejně tak prožívání a jednání a také i odpovídající složky architektury osobnosti, které se postupně diferencují a dále integrují (zase jako tělo) do celku, v němž je všechno řádně koordinováno a harmonizováno (Říčan, 2007). Vývoj osobnosti Kučera (2013) popisuje jako proces diferenciací (rozdílnosti) a integrace (spojení), čímž dokládá, že integrace je prostředkem k dosažení zralosti.



Obrázek 1. Schematické znázornění vývoje osobnosti jako diferenciacce (Balcar, 1983, 93).

„Růst diferenciacčních sil ve světě nutně vyžaduje posílení integrace osobnosti každého člověka: posílení jeho schopnosti iniciativy a tvořivosti, jeho kritičnosti i snášenlivosti, jeho empatie a senzitivity a konečně autonomní zodpovědnosti (Langmaier, & Krejčířová, 2006, 325).“

Kučera (2013) integraci současně řadí i do tzv. hierarchického modelu osobnosti, jejíž součástí je i biologická báze (tj. temperament) a vrstva zkušenosti (charakter). V naší práci se tyto jevy vyskytly a především zkušenosti ovlivňovaly jednání účastníků.

Propojení jednotlivých složek a částí do funkčního celku systému zajišťuje vědomí, s podstatnou součástí vědomí vlastního já (sebehodnocení, sebepojetí, sebevědomí) a vůle, která s vědomím našeho já souvisí. Dále s Paulíkem (2010) souhlasíme, že v integraci není kladen důraz jen na spojení v celek, ale patří sem i vnitřní rovnováha složek bez větších rozporů a konfliktů. Tato rovnováha v životě zajišťuje schopnost vyrovnávat se s požadavky prostředí i do něj aktivně zasahovat. Kritické sebehodnocení poznatků o sobě, o vlastních přednostech a nedostacích je základem pro naše sebevědomí a emocionální vztah k sobě samým, ať už v negativním či pozitivním smyslu. Sebepojetí a sebehodnocení zajišťuje sebedůvěru důležitou pro zvládání stresu. Sebepojetí se ukázalo jako zásadní při řešení nepředvídatelných situací, zároveň byla důležitá přítomnost jiných osob, které člověku pomohou v nesnázích. Lidé by si měli navzájem pomáhat a nespolehat jen sami na sebe.

Když vezmeme v potaz samotnou osobnost, není přímo pozorovatelná, jsme schopni pozorovat pouze reálné chování a na základě toho usuzovat určité osobnostní charakteristiky. Šnýdrová (2008) ve své knize uvádí, že osobnost se vždy projevuje jako celek a znamená to, že všechny charakteristiky, které se k ní vztahují, jsou navzájem propojeny a podřízeny celku. Některé části k sobě mají těsnější vztah, jiné poněkud

vzdálenější, ale i tak fungují ve vzájemném spojení, tzn. integrovaně, jednotně, celostně. Šnýdrová (2008) se společně se Sedlákovou (2000) shodují, že tato integrace není dokonalý stav, ale jde o neustálý proces, který směřuje k vyvážené jednotě, která může být kdykoliv z různých důvodů narušena. Osobnost se pak projevuje rozpory v růstu, vývoji nebo psychickými poruchami, které mohou vést až k případné dezintegraci (rozpadu osobnosti).

Shodujeme se i s Vašinou a Strnadovou (1998), kteří uvádějí, že dezintegrace může být v některých případech i pozitivní – vzhledem k tomu, že umožňuje diferenciaci, může vést k žádoucím pozitivním změnám. Tohoto principu se využívá v terapii s cílem navodit pozitivní změny ve struktuře osobnosti klienta. Další ze znaků, který mění člověka v jeho prospěch a znamená to, že každá špatná zkušenost může být užitečná a příště se z ní poučíme.

Vědomé koordinaci a integraci všech částí, které utvářejí osobnost, přiřazujeme termín jáství. „Já“ tvoří jádro osobnosti, kolem něhož se formuje psychická rovnováha individua a jehož poruchou ztrácí osobnost svou charakteristickou hodnotu. Za hlavní funkce „já“ se zpravidla označuje:

- vědomí jedinečnosti a odlišnosti od ostatního světa,
- vědomí vlastní činnosti nebo účasti ve vnějším dění,
- vědomí identity i přes všechny změny a zvraty, které v časovém průběhu proběhly (Šnýdrová, 2008).

Vágnerová (2012) se v rámci **vývojové psychologie** zabývá zkoumáním souvislostí a pravidel vývojových proměn v jednotlivých oblastech lidské psychiky i celé osobnosti a snaží se o porozumění jejich mechanismům. Psychický vývoj charakterizuje jako proces vzniku, či rozvoje psychických procesů a vlastností, jejich diferenciaci a integraci, která se projevují v rámci celé osobnosti. Zahrnuje různé funkce a změny, které se mohou rozvíjet plynule nebo formou vývojových skoků. Psychický vývoj zahrnuje několik dílčích oblastí, které se vyvíjejí ve vzájemné interakci:

- biosociální vývoj,
- vývoj kognitivních funkcí,
- vývoj motivačně emoční složky,
- psychosociální vývoj.

Vývoj jednotlivých složek probíhá koordinovaně a lidská osobnost je za běžných podmínek integrovaným celkem, který zahrnuje vlastnosti a funkce a je zakotvený v určitém sociálním kontextu. Psychický vývoj je u každého z nás jiný a díky mnoha faktorům působícím z okolí se v mnoha směrech odlišujeme. Podstatné je zachovat si vlastní identitu a jednat s rozmyslem.

2.2 Integrita jako výsledek integračního procesu

Pojem integrita pochází z latinského slova „integrare“ a znamená ucelenost, celistvost, úplnost nebo neporušenost (Zahradníček, 2013). Anglicky je to „integration“ a další pojem, který je s ním spojován je „science of coherence“ (SOC), což je smysl pro koherenci, duševní soudržnost, integrita.

Integrita je velmi významná pro psychologické chápání osobnosti, ale pro její pochopení je klíčový také výklad **filosofických východisek**, z nichž vychází. Z tohoto obecného úhlu pohledu je integrita na prvním místě spojena se vztahem Já k sobě samotnému (Williams, 1981). To je také důvod, proč bývá často spojována s úvahou o Já, coby jednotou sebe sama. Z hlediska etického je pojem integrita vždy určitým způsobem vázán k morálnímu nároku či nějaké formě závaznosti. Dalším možným výkladem integrity coby filosofického pojmu je chápání integrity jako „postoje pro něco“ (Calhoun, 1995).

Z **psychologického hlediska** je pojem integrita příliš komplexní a postrádá vystihující definici. Někdy jsou za alternativní pojmy uváděny poctivost, důvěryhodnost, spolehlivost nebo stálost a v rámci pozitivní psychologie je vnímána jako charakterová přednost (Peterson, & Seligman, 2004).

Integrita je Petersonem a Seligmanem (2004) chápána jako charakterová přednost a definována jako univerzální hodnota, která je spojována s opakem podvádění. Integrita (v angl. integrity, authenticity, honesty) označuje pravdivost k sobě samému, přesné vyjadřování vnitřních stavů, záměrů a vazeb. Je součástí ctnosti a definuje se jako „stabilní vzorec chování odpovídající hodnotám, ke kterým se daná osoba hlásí“. Integrita je významná v případě konzistence sdílení informací. Pokud jde o témata obsahující morální složku, má v souvislosti s integritou vliv úroveň morálního vývoje, označovaná v anglosaské literatuře většinou jako morální usuzování (moral reasoning), případně jako morální rozhodování (moral judgment) vliv na jednání osobnosti.

Křivohlavý (2011) na tuto problematiku nahlíží jinak a říká, že je integrita cizího původu a naznačuje celistvost, úplnost, sloučení nebo ještě lépe splynutí drobností v jednotlivý celek, scelení toho, co bylo všelijak rozházené. Také uvádí, že je možno představit si integritu jako opak práce anatoma, který nachází v těle člověka tisíce, nebo až statisíce různých tkání a buněk, rozebírá je a zjišťuje, co tvořilo celek a ty části zkoumá. Říká, že integrita jde opačnou cestou a snaží se vidět v první řadě celek živého lidského těla.

2.2.1 Koherence

Důležitou vlastností, která se vedle integrity utváří v procesu vývoje osobnosti, je koherence. Koherence pochází z latinského slova „co-haereo“ a značí držení pohromadě. Anglicky je to „coherence“ a ve slovnících cizích slov najdeme většinou obecné vyjádření jako je spojitost, souvislost. Stejně tak to uvádí i Zahradníček (2013) ve svém slovníku. Koherencí se zabýval i Antonovsky, jehož výklad bude rozebrán ve zvláštní kapitole.

V integrované osobnosti můžeme rozlišit dvě dimenze, které dvojice Sheldon a Kasser (1995) nazývají koherence a kongruence. **Koherencí** rozumí stupeň harmonie mezi momentálními a dlouhodobými snahami. Vertikální koherence zajišťuje míru momentálních snah pro dosažení dlouhodobých cílů a horizontální koherenci naopak zdůrazňují jako míru vzájemné harmonie mezi jednotlivými krátkodobými snahami navzájem. **Kongruence** pro ně představuje sledování cíle z vlastních vnitřních pohnutek, vlastní vůle a kongruentním cílem je ten, který si člověk svobodně zvolí bez ovlivňování z vnějšího okolí. Dále zjistili, že jak koherence, tak kongruence mají úzký vztah k duševnímu zdraví i k tomu, jak je lidem dobře (well-being).

O koherenci lze mluvit také v souvislosti s cíli jedince, máme tím na mysli soudržnost a soulad jednotlivých životních cílů navzájem. Úzce je provázána také s hodnotovým žebříčkem a v celkovém obraze je pak rozhodující právě vnitřní propojenost smyslu, cílů a hodnot. Tato koherence, tento smysl pro soudržnost našich poznatků, v sobě zahrnuje přesvědčení, že náš život má nějaké poslání, že ho stojí za to žít (Křivohlavý, 2006).

2.3 SOC – Integrovanost osobnosti v salutogenetickém pojetí A. Antonovského

V předešlých kapitolách jsou popsány jednotlivé pojmy, kterými se zabýval i izraelský americký sociolog A. Antonovsky, který zkoumal vztah mezi stresem, zdravím a pohodou. Během svého života pomáhal založit lékařskou školu a nadále působil ve zdravotnictví, což mu pomohlo vytvořit teorii zdraví a nemoci – salutogenezi.

2.3.1 Salutogeneze

Antonovsky díky salutogenezi (z řečtiny „salus“- zdraví, blaho) hledal zdraví posilující faktory a pojímal ji jako nový pohled na zdraví i nemoc (Vymětal, 2004). Snažil se zjistit, jak vlastně vzniká a jak se udržuje lidské zdraví a díky tomu se tedy zabýval zkoumáním pevného, nezdolného zdraví. Podobně i Stock (2010) s Hoskovcovou (2006) ve své knize uvádějí, že Antonovsky objevil nový přístup v tom, že nehledal příčiny onemocnění (v medicíně „patogeneze“), ale to, co nám pomáhá zůstat zdravým. Dále říkají, že Antonovsky si kladl otázky, jaké předpoklady člověk musí splnit, aby byl schopen snést velkou zátěž, aniž by utrpěl újmu. Vše pak označil souhrnným pojmem „vědomí souvztažnosti“- Sense of coherence (SOC), čímž uváděl postoj jedince ke světu a k životu jako takovému. Na základě tohoto tvrzení konstatuje, že jedinec, který tuto důvěru má, dokáže svět v těžkých situacích rozumově vysvětlit a necítí se jím tolik ohrožen.

2.3.2 Sense of coherence (SOC)

A. Antonovsky se zaměřil na problematiku faktorů, které pomáhají člověku přežít v nejtěžších životních situacích, a studoval, proč někteří Židé v nacistických koncentračních táborech za 2. světové války přežili a jiní zemřeli. V Izraeli porovnával situace dvou skupin lidí, kteří se vrátili z koncentračních táborů. Jedna skupina byla tvořena těmi, kteří se dokázali navrátit k normálnímu životu a druhá těmi, kteří nebyli schopni zvládat běžné životní problémy. Při tomto výzkumu Antonovsky (1985) zjistil několik odlišností a ty formuloval do třech charakteristik:

- smysluplnost – Meaningfulness,
- porozumění situaci – Comprehensibility,
- ovladatelnost (řiditelnost) dění – Manageability (Křivohlavý, 2006).

Tyto tři charakteristiky lidí zjišťoval pomocí dotazníkové metody SOC – Sense of Coherence (soudržnost či integrovanost osobnosti). Dotazník má celkem 29 položek a uvádí se jednak celkové skóre SOC i hodnoty jednotlivých charakteristik SOC. Výstupem je, že lidé, kteří dosahují vysokých hodnot SOC, se vyznačují mimořádnou odolností k vnějším tlakům, stresu, nevzdávají se v těžkých situacích, mají své představy o tom, co chtějí dělat a čeho chtějí v budoucnosti dosáhnout. Antonovsky tuto kladnou charakteristiku nazývá jako salutogenezi. V souvislosti s problematikou smysluplnosti života je zajímavá především charakteristika Meaningfulness – smysluplnost v SOC. **Kladný pól** smysluplnosti je definován jako postoj člověka, který je přesvědčen, že situace, do které se dostal a její řešení má smysl. **Negativní pól** je charakterizován odcizením (alienation), u kterého jde o citovou neangažovanost na tom, co se děje a o čem jde. Člověk se takzvaně nachází v sociálním ústraní a sám se styku s druhými lidmi vyhýbá (Křivohlavý, 2006).

2.4 Biodromální přístup

Celoživotní vývoj, rozvoj a formování jedince, napomáhá k překonávání událostí a momentů, které se v životní dráze vyskytují. Ve výzkumu jsme využili metodu křivky (čáry) života, která tyto změny sleduje a zajímá se o člověka ve sledu – minulost, současnost, budoucnost a jednotlivé prvky dává do vzájemného vztahu. Obrázek 2 nastiňuje působící vlivy v blízkosti člověka. Této problematice se podrobněji věnovala i Hoffmannová (2011, 42) ve své disertační práci, na kterou navazuji a souhlasím s tvrzením, které zní, že „řízení vlastního života je realizací osobní svobody patřící k nejvyšším hodnotám moderního člověka.“ Osobní svobodou podle Říšana (2004, 14) „...není jen to, co se nám líbí, ale jsme svobodnější, čím jsme vzdělanější a statečnější, čím lépe rozumíme době, v níž žijeme, čím více se orientujeme na cíle, jež přesahují náš individuální život...“.

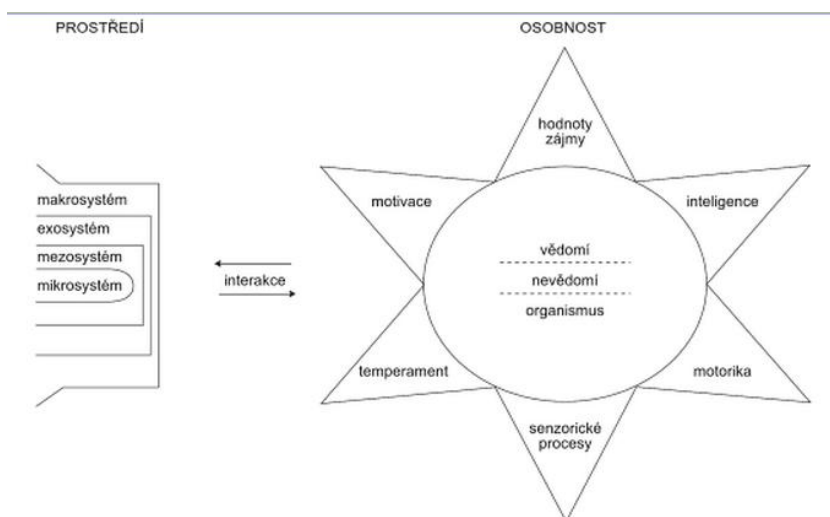
Pojem „biodromální psychologie“ zavedl bratislavský psycholog Josef Koščo (1987), který uvádí, že životní cesta je pro každého člověka jedinečná a je ovlivňována množstvím sociokulturních a socio-ekologických vlivů. Biodromální přístup v prostoru životní cesty přispívá k překonávání jednostranného pohledu na vývoj člověka a zaměřuje se na vývojové úkoly a jejich zvládnutí, na přechodové situace, životní události, faktor věku a jeho důsledky, genderovou problematiku, změny v chování apod. Za stěžejní je

považován jedincův růst a odráží pocit ovlivnitelnosti a schopnosti zvládnout normální i stresové situace (Hoffmannová, Šebek, 2013).

Období životní cesty, ve kterých se odehrávají důležité životní přechody, jsou zároveň obdobími, ve kterých se koncentrují důležité životní události rozhodování. Určují další průběh a charakter vývoje jedince a významně ovlivňují jeho život (začátek školy, puberty, získání první práce, opuštění domova, odchod do důchodu) (Koščo, 1987, 63).

Pohled na životní dráhu jedince a formativní význam jednotlivých významných okamžiků na ni, není zcela novým tématem (např. Valenta, 2009; Hrouda, 2004). Od Hoffmannové (2011) tak čerpáme, že bychom měli od sebe odlišovat pojmy životní cesta a životní cyklus. Životní cestou se rozumí ustálený sled, následky procesů od vzniku do zániku organismů. Naopak cyklus vyjadřuje procesy, geneticky podmíněné a determinované, které probíhají ve stejných pravidelných obdobích.

Celoživotní dráha jedince – osobní, občanská a profesní – představuje rozmanité spektrum aspirací, motivací, zájmů a potřeb. Biodromální přístup v edukačních vědách spočívá v tom, že se učení a vzdělávání chápe jako proces utváření a rozvíjení osobnosti v průběhu celého životního cyklu. V tomto smyslu je jedinec subjektem, který má aktivní podíl na utváření své životní dráhy, rozhoduje o smyslu svého života, o svých potřebách a zájmech (Průcha, Veteška, 2012, 46).



Obrázek 2. Schéma interakce dílčích systémů osobnosti s jednotlivými ekosystémy (Kalvach a kol., 2004, 104).

Orientace na celou životní dráhu (lifespan development) se prosadila až v polovině 20. století a dokládá, že jednotlivá období dospělosti nepředstavují jakési vývojové plató, kdy se osobnost a jednotlivé psychické funkce nemění, a ve stáří pak následuje pokles. Věk se dá rozčlenit do jednotlivých etap, stadií, mezi kterými jsou krátké úseky, během nichž u jedince dochází k proměnám a vývoji, s čímž se sami ztotožňujeme (Kalvach a kol., 2004).

Z pojetí, vyjadřujícího názor že „k pochopení komplexnosti života jedince je nutné propojování minulosti, přítomnosti, tak předpokládané budoucnosti.“ Podrobně tento přístup popisují i Hoffmannová a Šebek (2013, 119). Při analýze jsme dospěli k podobným výsledkům a zjistili jsme, že všechny tyto události mají vliv na jednání účastníků a dochází u nich k proměnám v jednání, myšlení a postojích.

2.5 Extrémní sport

V oblasti sportovní terminologie dochází k neustálým obměnám pojmů. Z tohoto hlediska je nutné přiblížit terminologický problém týkající se kateboardingu, který je v určitých případech nazýván různými pojmy, například jako extrémní nebo adrenalinový sport. Pro naši práci jsem zvolila užití termínu extrémní sport.

V této sféře se shodujeme s Hoffmannovou a Šebkem (2013), kteří uvádí, že rozhodnutí o tom, zda jsou extrémní aktivity sportem či ne, je zcela závislé na tom, co je jejich smyslem a důraz přikládají i procesu učení, který je s realizací jakýchkoliv aktivit spjat. Pro extrémní aktivity je typické, že dochází k napodobování, vzájemnému sdělování zkušeností, učení metodou „pokus omyl“.

„Extrémní sporty nejsou o vyhledávání rizika nebo potřebě rizika podstupovat. Totiž, riskování není zážitek...Účastníci v extrémních sportech připouští možnost zranění a smrti a snaží se naučit co nejvíc o stanoveném cíli, prostředí a svých vlastních možnostech a schopnostech ve vztahu k zmenšení pravděpodobnosti takových nechtěných událostí.“ (Brymer, 2010, 236). Označení „adrenalinové sporty“ (adrenalin sports) vzniklo na základě příjemných, až euforických pocitů, které nebezpečná aktivita vyvolává. Paradoxní je, že zmiňovaný stav ve skutečnosti nesouvisí přímo s adrenalinem, ale je produktem funkce noradrenalinu a způsobují ho endorfiny. „V moderní lidové mluvě slovo „adrenalin“ implikuje vzrušení, energii a nejistotu, prožitky, které jsou doprovázeny nechtěně, nevědomě, automaticky, viditelnými příznaky a tělesnými pocity.“ (Goldstein, 2006, 72). Tyto

znaky a pocity v sobě zahrnuje populární vyjádření „adrenalin rush“ (nával adrenalinu), který má tendenci vyskytnout se ve stresové situaci, představuje neočekávaný pocit vzrušení a síly a především mobilizuje tělo (Hoffmannová, Šebek, 2013, 46-47).

S těmito tvrzeními se ztotožňujeme, ale navíc uvádíme, že kiteboarding často není pojmán jako extrémní, naopak je považován v různých formách jako bezpečný a vhodný pro většinu lidí.

2.5.1 Kiteboarding

Kiteboarding nebo kitesurfing je pro některé ještě neznámým sportem, ale pomalu se dostává do podvědomí nás všech. Je to velmi mladý a atraktivní sport, který se prozatím rozvíjí a nemá dlouhou historii. Díky jeho obtížnosti v začátcích se nikdy nerozšíří mezi širokou veřejnost, ale pomalu se zvyšuje počet lidí, kteří mu zcela propadnou, a stává se jejich životním stylem a posláním. I když se to možná nezdá, kiteboarding je velmi rozmanitý. Je o svobodě pohybu a hlavně se zde uplatňuje rozumné uvažování, které je důležité při posuzování krizových situací, které mohou při provozování nastat. Kiteboarding je celoroční sport, v zimě se kombinuje se snowkitingem a v létě s landkitingem (jízda po trávě) nebo buggykitingem (jízda v “bugyně” po trávě). Vzhledem k tomu, že je kiteboarding více o technice než o síle, začíná se mu věnovat i více děvčat.

Za žádoucí považuji u této kapitoly přiblížit nejpopulárnější X-sporty a aktivity současné doby, které se v naší práci objevovaly, účastníci se jim mimo kiteboarding věnují a zařazují je jako důležitý prvek do své sportovní dráhy. Čerpala jsem z publikace od Hoffmannové a Šebka (Hoffmannová, 2013, 97-118), která zpřehlednila jednotlivé sporty do tabulky. Stejně tak, jako Hoffmanová se nesnažím o kompletní vyjmenování a popis, ale uvedu nejčastěji provozované aktivity objevující se u účastníků výzkumu.

Tabulka 1. Anglické názvy vybraných X-sportů a aktivit (upraveno dle Hoffmannové, 2013, 99-107).

Anglický název	Popis pojmu dle slovníku neologismů (Martincová et al., 2004; Martincová et al., 1998; Sochová & Poštolková, 1994)	Výklad pojmů v dostupné literatuře vztahující se ke konkrétnímu X-sportu a aktivitě
Freeride	[Frírajd] – Jízda, ježdění na snowboardu nebo na lyžích ve volném, neupraveném terénu (2004, 128).	Lyžování ve volném terénu, důraz je kladen na prožitkovou sféru (Šedová & Schauer, 2003).
Freestyle	[Frístajl] – volná jízda s využitím akrobatických prvků; – Vytvořený volně, improvizovaný; freestyle představují skoky a triky na rampách (2004, 128).	Volný styl, triky v U-rampě, na sjezdovce a skoky z můstků.“ (Binter et al., 2006, 8). Lyžování na twintipových lyžích ve volném terénu s využitím přírodních překážek (kmen stromu, sněhová závěje apod.). Tento neupravený terén je využíván ke stavbě skoků (Volák & Mikula, 2009).
Kite landboarding (nebo landkiting)	[Landbordy-, landkajty-] – V současných slovnících neologismů není k nalezení.	Vychází z kitesurfingu (viz výše). Jízda na mountainboardu (speciální prkno s velkými koly a poutky na nohy) s využitím tažného draka (kite). Sportovní aktivita provozovaná na travnatých plochách, loukách, plážích apod. (Miller, Vandome, & McBrewster, 2010).
Kiteboarding	[Kajtbord-] – V současných slovnících neologismů není k nalezení (viz kitesurfing).	Kiteboarding kombinuje surfing, wakeboarding, windsurfing, snowboarding a jízdu s tažným drakem (kitem). Lze provozovat na sněhu, vodě, ledu a písku (Křivan, 2009). Pojem bývá zaměňován s kitesurfingem
Kitesurfing	[Kajtserf-] – ježdění na vodě, skoky apod. (2004, 199). Kitesurf[kajtserf] – „plovák v kombinaci s tažnou, říditelnou, obloukovitou konstrukcí připomínající padák (s drakem) k ježdění na vodě, skokům apod.“ (2004, 199).	Jízda po vodě na speciálním prkně za využití tažného draka (Arzt, 2003). Pojem bývá zaměňován s kiteboardingem.
Kiting	[Kajty-]– závody v pouštění speciálně konstruovaných draků: pouštění draků bývala vždycky zábava. Dnes je to sport a říká se mu kiting (2004, 199).	Ve sportovní oblasti (což je předmětem naší publikace) se jedná o obecný výraz pro sportovní činnost, kdy jezdec využívá pro posun po nejrůznějším povrchu tažné síly draka (kite) (www.kites.cz). Známejší je pojem powerkiting (viz níže), neboť drak je používán za účelem vytvoření velké síly – z anglického „power“= síla, „kite“ = drak.
Powerkiting	[Paurkajt-] – v současných slovnících neologismů není k nalezení. Z anglického „Power“=síla, „kite“ = drak	Obecný název pro sportovní aktivitu, při které je kite (tažný drak) používán k pohybu jezdc/jezdkyneš na zemi (landkiting, buggykiting), na vodě s prknem (kiteboarding, kitesurfing), na sněhu

Anglický název	Popis pojmu dle slovníku neologismů (Martincová et al., 2004; Martincová et al., 1998; Sochová & Poštolková, 1994)	Výklad pojmů v dostupné literatuře vztahující se ke konkrétnímu X-sportu a aktivitě
Powerkiting		(snowkiting). K tomu jsou používána různá náčiní jako boards (prkna, desky), buggy (tříkolky), mountainboards (prkno na kolečkách), brusle, in-line brusle, lyže, snowboard. Často se lze setkat s názorem, že se jedná o dynamicky se rozvíjející sportovní aktivitu.
Snowkiting	[Snoukajty-] – „závody v pouštění speciálně konstruovaných draků“ (2004, 199).	Jízda, skoky a triky na lyžích či snowboardu za pomoci kitu (tažného draka). Na rozdíl od sjezdového lyžování či snowboardingu je tento sport možné provozovat na rovině (zasněžené pláň, mírné svahy, zasněžená zamrzlá jezera). Plochý terén je dokonce vhodnější než kopce díky stabilnějšímu větru, přesto někteří pokročilí snowkiteři preferují jízdu v horách, kde členitý terén poskytuje širší možnosti (www.snowkiting.cz).
Wakeboarding	[Vejkbórdy-] – krátká široká lyže s vázáním pro obě nohy, uzpůsobená jízdě po vodní hladině ve vleku za motorovým člunem: wakeboard se podobá prknu snowboardu (2004, 211).	Jízda, skoky a triky na wakeboardu (krátká široká lyže s vázáním pro obě nohy) ve vlnách vytvářených tažným motorovým člunem (Tomlinson, 2000).

V tabulce 1 uvádím anglické názvy vybraných populárních X-sportů a aktivit, které většinou nejsou do češtiny překládány, a u mnohých naopak tento název v českém prostředí zdomácněl v podobě neologismu. V případě, že v druhém sloupci není uveden žádný popis, neznamená to, že by tento název v češtině neexistoval či nebyl používán. V současné době jej nenalezneme ve slovníku neologismů buď proto, že se zatím o neologismus nejedná, nebo se objevil až po roce 2004 (kdy byl vydán 2. díl slovníku neologismů, Martincová et al., 2004) a tudíž čeká na případné zahrnutí do nového vydání. Třetí sloupec obsahuje výklad názvů v literatuře dostupné v českém jazyce. Některé z uvedených moderních X-sportů a aktivit se popisu v českém jazyce či překladu v publikační podobě zatím nedočkaly, proto u nich uvádím odkazy na internetové zdroje či zahraniční literaturu (Hoffmanová, 2013, 98).

Vzhledem k tomu, že je kiteboarding stále se vyvíjejícím sportem, nenalezneme k němu velké množství literatury, která by nás podrobněji uvedla do problematiky.

Kiteboardingu se věnuji již delší dobu, proto jsem do práce zahrnula i své poznatky a zkušenosti s tímto sportem.

Kiteboarding, často nazývaný i kitesurfing je nepopulárnější formou powerkitingu (viz Tabulka 1). Je oblíbený i z toho hlediska, že se jako jediný z jeho forem, provozuje na vodních plochách. Ostatní druhy tohoto sportu se odehrávají na pevné ploše (pole, letiště apod.). Jezdit se dá v podstatě kdekoliv na vodní ploše, která je ničím neohraničená a umožňuje tak přístup větru. Nejoblíbenější jsou vodní nádrže (u nás Nové Mlýny), přehrady a přímořské i oceánské oblasti. Přímořské a oceánské oblasti navíc poskytují stabilnější větrné podmínky a kvalitnější přístup do vody, vhodnější i pro začátečníky.

Ke kiteboardingu potřebujete větší velikosti draka než u snowkitingu, a to z toho důvodu, že při výjezdu z vody vzniká větší odpor. Kity se používají převážně nafukovací, jsou pohodlně schopny odstartovat z vody a zároveň „plavou“ na vodní hladině.

Bourgois a Tipton (2013) společně s Davidem Dornem (2003), ředitelem tréninkového centra kitesurfingových instruktorů K.I.S.S (Kitesurfing international safety system) na Maui, říkají, že kitesurfing je relativně nový extrémní vodní sport, který je považován za vysoce rizikový a pyšní se svou rostoucí popularitou. Je přirozeným pokračováním a výsledkem vývoje jiných extrémních sportů, kde dochází ke kombinaci několika vodních sportů jako např. surfingu, windsurfingu nebo wakeboardingu. Kitesurfing je činnost, při které kitesurfer manipuluje sám se sebou a se součástmi systému vybavení pro kitesurfing tak, aby využil dostupnou energii větru pro pohyb celého systému na vodě, popřípadě nad vodou (skok).

Kiteboarding je sport spočívající v jízdě po vodě na speciálním prkně (tzv. „kiteboard“) za využití tažného draka. Dá se říci, že kitesurfing je spojením dvou sportů a to paraglidingu a wakeboardingu, kitesurfer řídí křídlo vyrobené z lehkého materiálu, které jej táhne po vodě i nad ní. Je výzvou pro široké spektrum sportovců, zabývajících se vodními sporty. Výkonové možnosti kitesurfingu jsou mnohem větší, než u kteréhokoli jiného dříve vytvořeného plachtového sportu (Špedl, 2015). Ovladatelný kite s hrazdou a šňůrama 20-25m je připojen pomocí postroje na kitesurfera a ten může díky bedernímu pásu pohodlně jezdit ve vysokých rychlostech až 100 km/h, nebo může skákat do výšky, či provádět různé triky ve vzduchu (Bourgois, & Tipton, 2013).

2.5.2 Historie kiteboardingu

Odborníci tvrdí, že první draci byli pravděpodobně vyrobeni v Číně kolem roku 1000 př. n. l., ale první písemná zpráva o pouštění draka bylo kolem 200 př. n. l. Angličan, Peter Powell představil prvního draka v roce 1972 a kiteboarding založený na jízdě začal v Anglii v roce 1973, když Ray Merry a Andrew Jones vynalezli "dvoucestný tažný kite". Začátek moderního kiteboardingu začal v roce 1984, když dva francouzští bratři Legaigouxové přišli s revoluční konstrukcí tvarovaných nafukovacích komor a zjednodušeným systémem ukotvení šňůr, což výrazně vylepšilo možnost odstartovat draka z vody. Tento model Wipika patentovali v roce 1985. Od té doby to trvalo více než 10 let, než se uvolnil design pro veřejnost s jejich značkou Wipika (Příloha č.1). Ten byl propagován v USA malou skupinou kitesurfistů v Maui na Havaji, někdy kolem 90. let. V tomto období se tento extrémní sport rozrůstá do mezinárodního měřítka, může být prováděn na téměř jakémkoliv povrchu, včetně vody, sněhu, ledu a písku. První pěti šňůrový systém byl vynalezen bratry v roce 2004, současně vyvinuli i nejnovější technologii nafukovacích kitů v roce 2002 (www.howtokiteboard.com).

Dorn (2003) mezi první průkopníky kitesurfingu řadí například Cory Roeselera z Oregonu, který začal vytvářet svůj kiteskiingový systém využívající vodních lyží, Lou Waimana, dřívějšího wake-boardera z Floridy, žijícího v současnosti na Maui, či Elliota Leboeho, profesionálního windsurfera, který se stal skalním příznivcem tohoto sportu.

Dalšími osobnostmi, které se zasloužily o vznik tohoto sportu jsou:

- Marcus "Flash" Austin - původem z Floridy, kitesurfing na skimboardu (speciální prkno určené pro jízdu za tažným plavidlem),
- Sierra Emory - profesionální windsurfer a kitesurfer,
- Joe Koehl – konstruktér plachet a osobnost, která pomohla kitesurfingu uvést se, jako samostatný sport,
- Bruno Leganoux – francouz, sestavil koncept křídla s nafukovacími částmi (Dorn, & Fosbinder, 2003).

Také legendy windsurfingu Robby Naish, Rush Randle a Pete Cabrinah přešly ke kitesurfingu a staly se uznávanými kitesurfery.

Éra světového kiteboardingu započala přibližně před deseti lety, kdy Laird Hamilton a Manu získali pro sport uznání na severním pobřeží Maui. Díky rostoucí popularitě a zájmu o tento sport, dochází k neustálému vývoji materiálu a zdokonalování bezpečnostních prvků. Sport se tak stává bezpečnějším, což přitahuje další příznivce. Začaly se pořádat evropské i světové závody, ve kterých je obrovská konkurence a objevují se informace o zařazení kiteboardingu na Olympijské hry. Rovněž certifikované instruktážní a metodické systémy začínají být ve světě běžně dostupné a zakládají se asociace, které mají za cíl tento sport chránit a podporovat (Curren, 2002).

Česká republika za několik let, co se zde kiteboarding objevil, prodělala obrovské změny. Postupně zde začínají vznikat kitové asociace, federace (nejznámější ČKF – Česká kitová federace), kluby, vše pod záštitou Českého svazu jachtingu. V této době už je k dostání více výukových materiálů a informace jsou dostupné na několika webech, z nichž nejznámější jsou:

- www.kiteboarding.cz,
- www.mushow.cz,
- www.snowkiting.cz.

Dále došlo k rozšíření jak sortimentu, tak půjčoven kitového vybavení, což napomáhá lidem, jež nemají dostatek financí, si sportovní materiál pořídit.

Už od roku 1998 existovaly školy kitesurfingu a tento sport se pomalu začínal rozšiřovat. První závody se konaly na ostrově Maui v září 1998, vítězem byl Flash Austin.

Změnu prodělaly jak designy kiteboardů, tak samotné tažné kity. Vývoj nových technologií zajišťuje větší bezpečnost, pohodlí a nabízí nepřeberné množství výběru modelů a barev.

2.5.3 Vybavení

Systém samotného kitesurfingového vybavení zahrnuje několik částí (viz Příloha č. 2):

- tažný kite (křídlo) společně se šňůrami,
- zařízení pro řízení křídla (hrazda),
- bederní pás (trapéz),
- bezpečnostní leash,
- kiteboard.

V České republice nalezneme celou řadu **tažných kitů** pro kiteboarding. Nejčastěji jsou využívány kity s nafukovací náběžnou hranou (vhodné pro kiteboarding, snowkiting) a komorové kity (vhodné pro snowkiting, landkiting a buggykiting). Velikost kitu jezdec volí podle své váhy a síly větru a dají se rozlišit i kity pro začátečníky a pokročilé. Obvyklé velikosti jsou 7-15m². Na každém křídle najdeme vývazové šňůry, které mohou být ve variantě čtyřšňůrové nebo pětišňůrové, jež umožňují snadný start z vody. Pro začátečníky jsou i kity dvoušňůrové. Jejich délka se pohybuje kolem 25-27m.

Další částí vybavení je **řídící hrazda**, díky níž je jezdec schopen ovládat křídlo a pohybovat se tak v tzv. větrném okně (oblast vhodné manipulace s křídlem). Řídící hrazda mění svou velikost v závislosti na velikosti křídla – čím větší velikost křídla, tím delší řídící hrazda. U některých modelů rozlišujeme i barevné označení konců hrazdy – levá strana červená, pravá modrá. Na řídící hrazdě nalezneme další mechanismy důležité pro „spojení“ jezdce s křídlem.

K ulehčení práce rukou a těla slouží **bederní pás**, podobně jako u windsurfingu. Rozlišujeme bederní pás a sedací pás. Výběr závisí na komfortu, ale obecně je oblíbenější a „stylovější“ bederní. Pás má na sobě připevněn hák, pomocí kterého se můžeme zaháknout k řídící hrazdě.

Leash (z angl. řemínek, vodítko) slouží jako bezpečnostní prvek k propojení tažného kitu s jezdce. Jeho součástí je na jedné straně karabina vhodná k uchycení na řídící hrazdu a na druhé straně se jezdec uchytí k bedernímu pásu. Při krizové situaci je možno leash takzvaně „odstřelit“.

Důležitým doplňkem je i **kiteboard**. Opět je na trhu velký výběr v různých barevných kombinacích i cenových relacích. Velikost kiteboardu je odvíjena od výšky jezdce a podle stupně pokročilosti se volí délka a šířka prkna. Obecně začátečníci využívají dlouhý, široký kiteboard vhodný ke snadnějším rozjezdům z vody. Dále se pak typy kiteboardů rozlišují podle disciplíny, které se jezdec věnuje. Součástí kiteboardu je i vázání, které je opět závislé na komfortu a pokročilosti jezdce.

2.5.4 Fyziologické požadavky kiteboardingu

Vysoce rizikové sporty jsou definovány jako činnosti, kde je možnost zranění či úmrtí nedílnou součástí jejich provozování. Je obvykle požadované specializované školení a vybavení, s cílem minimalizovat rizika. Kiteboarding je i díky své poměrně krátké

historii provozování považován za vysoce rizikový sport, protože je zde potenciál pro těžká zranění a dokonce i smrt. Odhaduje se, že počet nových kitesurferů se každoročně zvyšuje přibližně o 30%. Vědecké údaje o mechanickém a fyziologickém namáhání nemají tolik záznamů a uvádí, že zranění jsou vzácná. Důraz je kladen na pohybový a fyziologický systém a možnost zranění nebo úmrtí je nedílnou součástí. Zranění velmi ovlivňují prostředí, povětrnostní podmínky, technické a bezpečnostní prvky a samotné provádění pohybu (Bourgois, & Tipton, 2013).

Lundgren a kol. (2011) konstatují, že existuje jen málo publikací, které se fyziologickým zatěžováním zabývají a sami ho u kiteboardingu dělí na 2 skupiny:

- boční sunutí mírně proti větru nebo po větru (crossing),
- provádění skoků (freestyle).

Jednotlivé skupiny charakterizují tak, že u **crossingu**, kde je jezdec v mírném záklonu k vodní hladině, provádí pouze malou flexi kyčelního a kolenního kloubu a malou rotaci horní části těla, ale vzhledem k velké hyperextenzi bederní páteře, břišních svalů, dolní části zad a stehenních svalů dochází k velké námaze zejména v silném větru. **Freestyle** s drakem, popové triky pomocí výtahu křídla způsobují kitesurferovi zvedání z vody. Vyznačuje se zvýšenou flexí kyčle před vzletem, flexí kyčelního či kolenního kloubu při chytání desky a zároveň zpomaluje tělo ve vertikálním směru. Břišní svaly (zatnuté při přistání), kolena a chodidla (tlumí nárazy), ale také ramena a lokty jsou často uváděny jako bolestivé. Nucené kmitání při skoku je tvořeno působením vnějších sil a může vytvářet mechanické poškození lidské tkáně i psychický stres.

3 CÍLE PRÁCE A VÝZKUMNÉ OTÁZKY

Výzkumné cíle diplomové práce stanovujeme na základě kvalitativního výzkumu a vycházíme z inspirace Maxwella (2005, 16), jenž stanovil model tvořený třemi oblastmi „osobních, praktických a intelektuálních cílů“, který použil např. i Šebek (2011). Na základě těchto oblastí, můžeme formulovat naše cíle v následných rovinách:

3.1 Cíle intelektuální

- Formulovat poznatky o tom, jak jedinec zvládá náročné situace během provádění extrémního sportu (kiteboardingu).
- Formulovat pohled jedince na tento sport a zjistit jak se promítá do jeho osobní koherence.

3.2 Cíle praktické

- Zjistit důvody tíhnutí právě k tomuto typu extrémního sportu a vysvětlení jeho následného začleňování (integrace) do své přítomnosti a budoucnosti jako významného životního kréda.
- Přispět k hlubšímu pochopení fenoménu rizikových sportů jako zdravého projevu rebelství a správného principu uvažování.
- Odhalit potřeby a nároky důležité pro vykonávání samotného sportu (kiteboardingu).
- Prozkoumat důležitost udržování fyzické kondice v rámci prevence proti zranění.
- Seznámit se s úrovní osobnostní koherence, která jedince provází při provozování kiteboardingu a důležitost komunity lidí v jeho okolí.

3.3 Cíle osobní

- Získat osobní zkušenosti s metodami kvalitativního výzkumu.
- Rozšířit si obzory v oblasti integrace a koherence osobnosti.
- Možnost setkat se a pohovořit s některými osobnostmi českého kiteboardingu nad tématem životní dráhy jedince.

3.4 Úkoly a postup řešení

- V rámci souhrnu teoretických poznatků objasnit základní pojmy týkající se extrémního sportu kiteboardingu. Přiblížit problematiku vztahující se k pojetí integračního a koherentního pohledu na osobnost.
- Zvolit vhodné metody pro porozumění významu potenciálně rizikového sportu a koherence, i v pojetí salutogenetickém.
- Identifikovat významné události a vývoj jednotlivců ve sportovní kariéře, v kontextu životní dráhy zkoumané skupiny.
- Vybrat výzkumný soubor, zorganizovat a uskutečnit focus group, individuální rozhovor a rozhovor vztahující se ke křivce života sportovce.
- Aplikovat vhodnou metodu pro zpracování dat a jejich analýzu.
- Interpretovat dosažené výsledky a diskutovat je ve vztahu k teoretickým poznatkům.

3.5 Výzkumné otázky

- Jak se projevuje pocit osobní koherence u účastníků výzkumu?
- Jak ovlivňují životní události přístup ke kiteboardingu?
- Jak se promítá kiteboarding do osobní koherence u účastníků?

4 METODIKA

Vzhledem k řešené problematice jsme zvolili kvalitativní výzkum, který umožňuje intenzivnější a bližší kontakt se samotnými jedinci. Kutnohorská (2009) popisuje kvalitativní výzkum jako analýzu dějů, odhalování jejich elementárních složek, odhalení spojení a závislostí, které jsou mezi nimi. Kvalitativní popis faktů, analýza faktů, jevů nebo procesů probíhá hlavně v narativní (příběhové, vyprávěcí) nebo esejistické formě. Výzkumy se proto někdy nazývají jako etnografické, terénní, alternativní či životní příběhy apod. Dále uvádí, že kvalitativní výzkum umožňuje poznání širšího kontextu jevů, které badatele zajímají, a jejich poznání v přirozených podmínkách.

Souhlasíme také s Novým, Surynkem (2006) a Kutnohorskou (2009), že kvalitativní výzkum je náročný na čas, vědomosti a dovednosti badatele, především na cit pro analýzu textových dat, schopnost analytického a kreativního myšlení, schopnost syntézy a je nutná i sociologická imaginace. Také doplňují, že kvalitativní výzkum je, pokud jde o jeho zaměření, doplňkem výzkumu kvantitativního (není mu podřízen). Úkolem kvalitativního výzkumu je odhalovat neznámé skutečnosti o sociálních a sociálně-psychických jevech, a to především:

- existenci těchto jevů a jejich strukturu,
- jejich vlastnosti a funkce,
- faktory, které sociální a sociálně-psychické jevy ovlivňují nebo s nimi jinak souvisejí.

Kutnohorská (2009) a její charakteristika kvalitativní výzkumné metody pro nás byla inspirující a je uvedena v tomto znění:

- soubor respondentů bývá obvykle malý bez nároků na statistickou reprezentativnost, využívá hloubkové individuální a skupinové rozhovory,
- provádí se systematický sběr dat a analýza subjektivně získaného materiálu,
- má tendenci vyzdvihovat dynamické, holistické a individualistické aspekty lidské činnosti a přistupuje k obsáhnutí z celostního hlediska,
- v centru výzkumné pozornosti je člověk, lidé,
- vytyčený problém není nikdy zcela ohraničený,

- jev = fenomén, který je předmětem výzkumného zájmu, je zkoumán ve svém přirozeném projevu.

Dovednosti potřebné ke kvalitativnímu výzkumu

- Být všímavý pozorovatel.
- Mít dobré komunikační schopnosti.
- Být empatický.
- Mít schopnost kriticky analyzovat situaci.
- Umět se vyhnout zkreslení.
- Mít schopnost získat platné a spolehlivé údaje.
- Mít schopnost abstraktního myšlení.
- Mít schopnost teoretické a sociální vnímavosti.
- Mít schopnost udržet si analytický odstup.
- Využívat dřívějších zkušeností a teoretických znalostí k interpretaci nově zjištěných poznatků (Kutnohorská, 2009, 24).

Naproti tomu, Švaříček (2007) definuje kvalitativní výzkum, jako do široka rozprostřený sběr dat bez toho, že by na počátku byly stanoveny základní proměnné. Stejně tak nejsou předem stanoveny hypotézy a výzkumný projekt není závislý na teorii, kterou již někdo předtím vybudoval. Jde o to, do hloubky a kontextuálně prozkoumat určitý široce definovaný jev a přinést o něm maximální množství informací. Logika kvalitativního výzkumu je induktivní, teprve po nasbírání dostatečného množství dat začíná výzkumník pátrat po pravidelnostech, které se v těchto datech vyskytují, formuluje předběžné závěry a hledá pro ně další oporu v datech. Výstupem je formulování nové hypotézy či teorie (Švaříček, Šedová, 2007, 24).

4.1 Metody sběru kvalitativních dat

V souvislosti a návaznosti na naše téma volíme jako základní metodu sběru dat focus group a polostrukturované interview. Dalším zdrojem dat je i kresba čáry života, kterou jsme získali pomocí metody životní křivky. Jednotlivé metody napomohly k bližšímu poznání vybraných osob a zároveň prohloubily vědomosti o zkoumaném tématu.

Před začátkem každého rozhovoru jsme každého účastníka seznámili s typem výzkumu a stručně mu vysvětlili, jak bude rozhovor probíhat. Dále jsme ho upozornili a požádali o souhlas se zaznamenáváním rozhovoru na diktafon s možností analýzy a zpracování dat. Neméně podstatné bylo podepsání informovaného souhlasu (viz příloha č. 4) o jeho anonymitě a bezpečném nakládání s výsledky.

4.1.1 Metoda focus group (ohniskové skupiny)

Metodu focus group jsme zvolili jako stěžejní techniku sběru dat, která ve výsledku přinesla nejvíce potřebných informací a druhů názorů, které se daly společně porovnávat. Focus group můžeme jinými slovy nazvat jako skupinový rozhovor, který Machková (2009) popisuje jako nejpoužívanější kvalitativní metodu výzkumu. Je možné ho charakterizovat jako moderátorem řízený rozhovor malé skupiny vybraných osob na dané téma. Výhodou je možnost výměny názorů v uvolněné atmosféře. Skupinové rozhovory umožňují získat širší spektrum názorů než hloubkové rozhovory. Dále uvádí, že novým trendem jsou také skupinové rozhovory na internetu (web groups online), které jsou realizovány ve virtuálním diskusním středisku a jsou, stejně jako klasické skupinové rozhovory, moderovány kvalifikovaným moderátorem.

V poslední době narůstá počet výzkumů, které jsou realizovány prostřednictvím focus groups online (OFG). Schneider, Kerwin, Frechtling a Vivari (2002) popisuje potenciální výhody metodologie online focus group, kterými jsou otázky náboru a pohodlí participantů a kvalita dat, tedy především přímý přesun odpovědí do databáze a jejich následná analýza. Odpadá tedy časově náročný přepis nebo editace. Dalšími výhodami, ve srovnání 41 s klasickými „tváří v tvář“ (face – to – face) focus groups, jsou nižší náklady na nábor participantů a absence logistických a cestovních výdajů. Výhody z hlediska výběru výzkumného souboru online focus group uvádí O'Connor a Madge (2003). Jsou jimi především dostupnost a propojitelnost participantů, kteří by se jinak obtížně mohli setkat, ať už z důvodu nemoci, sociální či geografické izolovanosti, anebo protože se jedná o znevýhodněnou populaci. Pro facilitátora to znamená příležitost vést rozhovor s lidmi, které by jinak bylo nemožné kontaktovat a sloučit v klasické focus group (Šebek & Hoffmannová, 2010, 40-41).

Kotler a kol. (2007) zmiňuje, že skupinový rozhovor zahrnuje šest až deset respondentů, což se nám úplně nepodařilo, ale nic to ve skupině pěti lidí neměnilo na

kvalitě výsledků. Celý rozhovor vede moderátor. Moderátor musí být objektivní, mít znalosti o tématu a odvětví a musí znát chování účastníků. Tuto problematiku sledovala i Hoffmanová (2011), se kterou se společně s Kotlerem (2007) shodujeme, že rozhovor se většinou odehrává v příjemném prostředí a účastníci dostávají občerstvení, aby se zdůraznila neformálnost. Moderátor začíná s obecnými otázkami, a poté přejde na konkrétní záležitosti. Pomocí příjemné diskuze se snaží zjistit skutečné pocity a myšlenky skupiny a zároveň se snaží dostat k hlavnímu ohnisku zájmu.

Focus group bývá uváděna jako jedna z nejprogresivnějších kvalitativních metod pro získávání dat (Miovský, 2006). Jedná se výzkumný nástroj pro získávání informací ke zvolenému tématu od skupin, které se vyznačují sdílenými charakteristikami nebo zájmy. Focus group zaostřuje vzhled do postojů a přesvědčení, které jsou zdrojem chování. Hodí se pro studium komplexních témat zahrnujících mnoho úrovní pocitů a zkušeností (Morgan, 2001). (Šebek, & Hoffmannová, 2010, 32).

4.1.2 Metoda čáry života (Metoda životní křivky)

Metoda životní křivky tvořila nejzajímavější prvek sběru dat, ale zároveň byla provázena obtížnou formulací otázek tak, abychom nenarušili zónu diskrétnosti.

Metoda životní křivky představuje tzv. zkreslení vektoru (stopy pohybu v čase) kladných a záporných emocí různé intenzity v průběhu celého života nebo určitého časového úseku (Křivohlavý, 2002). Mareš (2012) ve své publikaci uvádí, že v rámci kvalitativního přístupu nemusí jít jen o plynulé vyprávění životního příběhu, ale žádoucí variantou je požádat jedince, aby sám určil klíčové momenty ve svém životě, okomentoval je a ohodnotil. Je to metoda, která umožňuje konfrontaci sebe samotného.

Vyskytují se různé typy životních křivek a Blažek společně s Olmerovou (1985) před časem navrhli metodu, díky níž lze sledovat průběh boje postiženého jedince se životními těžkostmi v čase a vyústění tohoto boje. Tuto metodu nazvali metodou životní křivky. Kreslí se graf, jenž má podobu výslednice kladných a záporných vlivů v průběhu celého jedinceva života nebo určité etapy života. Dohromady metodu vyzkoušeli u 9 trpících a postižených dospělých osob.

Pro nás bylo nejužitečnější pojetí od Hoffmannové (2011):

Metoda čáry života využívá základního principu promítnutí určitých významných událostí a prožitků do grafické podoby. Metoda čáry života vzešla z psychoterapeutické praxe Jiřího Tyla (1985), který tuto originální techniku (Test čáry života) vytvořil. V původním provedení psycholog instruuje klienta, aby nakreslil “čáru života”. Potom je klient vyzván, aby na čáře označil nejprve současný okamžik a dále ještě umístil významné minulé události a budoucí očekávané důležité momenty v jeho životě. Jedná se o čáru a ne o přímku, takže se mnohdy setkáváme s nejrůznějšími křivkami, vyjadřujícími běh života klienta (proto se v současné době setkáváme spíše s označením metoda životní křivky). Proband může kreslit nejen čáru svého života, ale i čáru ideálního života či života vůbec. Metoda je silně projektivní a často výrazně citově prožívána. Slouží např. jako východisko k rozhovoru o běhu pacientova života, ohodnocení jeho minulosti a o jeho očekáváních.

4.1.3 Metoda polostrukturovaného interview

Podle Čábalové (2011) je interview, neboli metoda rozhovoru, výzkumná metoda založená na komunikaci a interakci mezi respondentem a výzkumníkem, tj. na přímém dotazování a zjišťování faktů, postojů a motivů u zkoumaného jedince. Celý průběh rozhovoru a jeho výsledky závisí na vzájemném vztahu výzkumníka a respondenta. Důležité tedy je vytvořit příjemnou atmosféru, získat si důvěru respondenta a pokusit se s ním navázat přátelský vztah. Dalším významným faktorem je volba vhodného prostředí, ve kterém uskutečníme interview. Interview má různé varianty a jejich vhodný výběr rozhoduje o zdařilosti výsledků zkoumání. Rozhovory můžeme rozlišovat podle struktury otázek, podle počtu zúčastněných osob nebo podle místa realizace rozhovoru.

Podle **struktury otázek**:

- strukturované interview (uzavřený rozhovor) – otázky jsou přesně dány a výsledky se lépe zpracovávají,
- nestrukturované interview (otevřený rozhovor) – určeno pouze téma, volnost otázek i odpovědí, data se obtížněji zpracovávají,
- polostrukturované interview – nabízí alternativy otázek a odpovědí s následným vysvětlením a objasněním respondentem.

Podle zúčastněných osob:

- rozhovor individuální (jedna osoba) (viz. Příloha č. 4),
- skupinový rozhovor (více osob) (viz. Příloha č. 5).

Pro náš výzkum byl využit rozhovor individuální. Polostrukturovaný rozhovor začíná formou nezávazné komunikace s cílem získání důvěry dotazovaného pro strukturovaný rozhovor. Vytváření otevřené atmosféry je předpokladem pro validitu výpovědi klienta. Vytvoření optimální atmosféry rozhovoru je velmi důležité, ale neznamená to, že rozhovor přejde ve volnou konverzaci v lehkém tónu, s pocitem znevážení odpovědi. Je proto důležité držet určitou úroveň rozhovoru jako předpoklad k dosažení dobrých výsledků touto technikou (Jansa, 2012).

V publikaci Reichla (2009) najdeme, že polostrukturovaný rozhovor (též rozhovor pomocí návodu, částečně řízený aj.) se vyznačuje tím, že má připraven soubor otázek/témat, který bude předmětem, aniž by bylo předem striktně stanoveno jejich pořadí. Mnohdy se mohou formulace otázek měnit, ale je nutné, aby byly probrány všechny. Polostrukturovaná varianta interview v zásadě kombinuje výhody a minimalizuje nevýhody obou forem rozhovoru – tj. volného, nestrukturovaného a strukturovaného. Dalším hlediskem, které se zohledňuje, je předepsané prostředí, v němž by měl daný rozhovor probíhat (např. pracovní tazatele, kavárna apod.).

4.1.4 Přepis rozhovorů

V předešlé části jsme zmínili jednotlivé techniky sběru dat, které nám sloužily jako materiály k analýze. Ke každé z vybraných technik, jsme pořídili audiozáznam (viz. Příloha č. 7), u kterého se následně realizoval přepis. Ač se přepis jeví jako jednoduchá záležitost, musíme poznamenat, že se jednalo o nejzdlouhavější část zpracování výsledků. K nahrávání individuálního rozhovoru, focus group i metody životní křivky jsme využili diktafonu typu OLYMPUS Digital Voice Recorder WS – 832. Tento model diktafonu obsahoval i instalační program Newton Dictate 4 Start, který nám měl ulehčit přepisování rozhovorů. Po časově náročné instalaci jsme dospěli ke zjištění, že program neobsahuje češtinu, proto docházelo k mylným přepisům rozhovorů. Dále jsme zkusili zařízení od Apple – MacBook, které ve svém továrním nastavení obsahovalo program na diktování. Program by se jevil jako ideální, ale pořízené nahrávky z již zmíněného diktafonu byly, bohužel, natolik nekvalitní, že pouhé puštění diktafonu pro přepis nestačilo. Zůstala nám

tedy nejosvědčenější, a v našem případě nejrychlejší možnost, a to, pouštět samotné záznamy a přepisovat je vlastnoručně. K přepisu jsme měli přibližně 180 min záznamu a celá akce zabrala více než 30 hodin samotného psaní. Ze zkušenosti můžeme doporučit nahrát kvalitní záznam bez šumu a k následnému přepisu využít program Diktování v MacBooku.

4.1.5 Triangulace metod

Z hlediska kvality našich dat, nejde stanovit jasná metoda, která by nám poskytla nejvíce informací. Osobnější byly individuální rozhovor a čára života, ale focus group díky větší skupině poskytovala větší otevřenost a více příběhů, které mezi sebou jednotliví účastníci porovnávali. Vzhledem k tomu, že jsme využili kombinaci více výzkumných technik, můžeme techniku nazvat jako **triangulaci metod**. Spočívá ve využití kombinace více postupů sběru a analýzy dat, což slouží především k redukci nedostatků určité výzkumné metody. Protože lidské jednání je proměnlivé, můžeme díky kombinaci výzkumných technik získat detailnější pohledy a zároveň dochází k vzájemnému doplňování jednotlivých technik navzájem. Cílem tedy není pouhá kombinace různých druhů dat, ale především minimalizace potenciálu zkreslení vyvozených závěrů (Sedláková, 2015).

4.2 Metody analýzy dat

K analýze dat jsme použili metodu kontrastů a srovnávání. K seskupení do kategorií, které byly důležité pro tuto metodu, byla využita metoda utváření trsů.

Pracovali jsme podle návodu Kutnohorské (2009), která shromažďování a analýzu dat považuje jako provázané procesy, jež je nutno střídat, protože analýza ovlivňuje pořizování vzorků údajů. Analýza probíhá uspořádáním výsledků do teoretických nebo tematických kategorií. Výsledky, které nejsme schopni zařadit, ukládáme v podobě výzkumných poznámek nebo přepisu audio-záznamů rozhovorů. Se získanými údaji pracujeme, vytváříme jejich rozbor, seskupení, utřídění a stanovujeme závažnost informací vzhledem k momentálnímu stavu klienta.

Přepis rozhovorů do textové podoby, jsme už podrobněji rozepsali v jedné z kapitol (viz kapitola 4.1.4 Přepis rozhovorů). Následně jsme jednotlivé rozhovory vytiskli, několikrát důkladně pročetli a k psanému textu vypisovali několik poznámek a témat.

Žlutou barvou jsme označovali témata, která jsme zvolili jako nadřazená a byla pouze jednoslovná. Červenou barvou jsme označili text, který podrobněji vysvětloval nadřazené téma a šedou barvou věty, které byly obsahově nevýznamné. Zaznamenávání témat probíhalo tak, že jsme u každého rozhovoru vypsalí základní pojmy, kterých se výpovědi účastníků dotýkají, a z nichž jsme na základě překryvu s dalšími výpověďmi vytvářeli trsy. Při vytváření okruhů jsme měli už předem stanoveny některé oblasti a kategorie, které nám následně usnadnily utváření a seskupování trsů. Zmíněné kategorie, které byly zachovány, a dále se s nimi pracovalo, uvádíme v kapitole 6 Výsledky.

4.2.1 Metoda utváření trsů

V předešlém textu jsme blíže popsali náš postup, který jsme aplikovali a zároveň jsme využívali publikaci od Miovského (2006) jako návod, který celou metodu popisuje takhle:

Metoda vytváření trsů slouží obvykle k tomu, abychom seskupili a konceptualizovali určité výroky do skupin, např. dle rozlišení určitých jevů, místa, případů atd. Tyto skupiny (trsy) by měly vznikat na základě vzájemného překryvu (podobnosti) mezi identifikovanými jednotkami. Tímto procesem vznikají obecnější, induktivně zformované kategorie, jejichž zařazení do dané skupiny (trsu) je asociováno s určitými opakujícími se znaky, určitým charakteristickým uspořádáním atd. Společným znakem takového trsu může být například tematický překryv, tj. když vyhledáváme ve výrocih osob všechny takové pasáže, které se týkají jednoho úzce ohraničeného tématu. Jinou variantou může být prostorový překryv, kdy cíleně vyhledáváme popis všech událostí, které se odehrály na určitém ohraničeném prostoru (Miovský, 2006, 223).

4.2.2 Metoda kontrastů a srovnávání

Důležitou součástí analýzy bylo porovnání jednotlivých rozhovorů. Mimo metodu utváření trsů jsme dále pro porovnání a samotné zobecnění zvolili metodu kontrastů a srovnávání, která nám pomohla ještě lépe stanovit konkrétní kategorie. Opět pro nás byla výchozí publikace od Miovského (2006).

Kontrastování je velmi důležitá technika, potřebujeme-li od sebe lépe odlišit například dvě identifikované kategorie a upozornit na rozdíly mezi nimi, přestože mají zároveň mnoho společného. Stejně tak může být kontrastování velmi

užitečné při zdůraznění některých kontextuálních odlišností určitého fenoménu, který vlivem právě některých kontextuálních vztahů může mít různý charakter (Čermák, & Štěpaníková in Miovský, 2006, 225)

5 ZKOUMANÝ SOUBOR

Způsob výběru zkoumaného souboru byl záměrný tak, abychom získali co nejvíce potřebných a kvalitních dat. Ještě, než jsme realizovali samotné rozhovory, měli jsme připravenou tabulku lidí, kteří by se výzkumu mohli účastnit. Všichni, jež byli osloveni, se pohybují několik let ve sportovní komunitě kiteboardistů. U individuálního rozhovoru jsme zaznamenali nejmenší problémy s výběrem respondenta. Účastníci focus group od počátku souhlasili s daným setkáním, jen se hledal společný termín, na který se nakonec jeden z účastníků nedostavil. Poslední metoda sběru dat byla křivka života. U této metody jsme měli jasně zvoleného probanda, který se po představování metody „zalekl“ a nakonec muselo dojít k výběru jiného účastníka, který byl velmi ochotný a sdílný. Původnímu, se zdála metoda křivky života příliš osobní. Celý výzkumný soubor byl pečlivě vybírán tak, abychom dosáhli co nejkvalitnějších dat k analýze. Vybírali jsme osobnosti, které se postaraly o uvedení kiteboardingu na český trh a byly průkopníky tohoto sportu. Mezi nimi, se nacházeli i přední čeští jezdci a běžní uživatelé sportu. Je to komunita, kterou jsem obklopena, proto byl sběr dat možná o něco jednodušší, ale za to bohatý a přínosný na data.

5.1 Demografické a relevantní osobní údaje výzkumného souboru

Účastníky výzkumu jsou jezdci a jezdkyňe ve věkovém rozpětí 27 až 45 let, kteří na výkonnostní, instruktorské či profesionální úrovni provozují kiteboarding. Sběr dat proběhl na základě polostrukturovaného rozhovoru v rámci focus group, individuálního rozhovoru a na základě čáry života. Podrobné informace jsou uvedeny v tabulce 1.

Sběr dat k focus group a čáře života probíhal od listopadu 2014 do března 2015. Individuální rozhovor byl pořízen, už v listopadu 2013, v rámci výuky předmětu TYSP (týmová spolupráce). Tento rozhovor jsme použili z hlediska stejného zaměření tématu. Termín realizace focus group a čáry života závisel na časových možnostech účastníků výzkumu.

Jako první, byl v listopadu 2013 realizován individuální rozhovor v Yacht clubu, v obci Pavlov na Jižní Moravě. K individuálnímu rozhovoru jsme vybrali jednu z významných, a mně velmi blízkých osobností pro kiteboarding. Tato osoba zajistila masovější vniknutí kiteboardingu na český trh a je ikonou i symbolem pro Českou republiku v provozování a zajišťování služeb pro kiteboarding. Individuální rozhovor se

uskutečnil v období, kdy končí letní sezóna kiteboardingu a začíná zimní, vhodná pro snowkiting. Celý rozhovor probíhal v odpoledních hodinách a lehce přesáhl 20 minut, což nic neměnilo na výstižnosti sdělení a odpovědí.

Ke konci listopadu začíná období, kdy se všichni kiteboardisté stěhují do hor, provozují snowkiting a společně se setkávají na jednotlivých místech, vhodných pro tento sport. I přes končící letní sezónu, se toto období jeví jako ideální, z hlediska setkávání velkého počtu probandů na jednom místě. Domluvit společný termín focus group nebylo problémem, jen se nám naskytl až březnový termín. Focus group byla tedy realizována v druhé polovině března v oblasti Jeseníků, v obci Ryžoviště, kde jsme mohli využít tzv. Snowkite – House Ryžoviště, který je jedním ze soukromých klubů v ČR. Na samotnou focus group jsme domluvili 6 osob, ale jedna z nich se v den konání nemohla účastnit, proto jsme ji realizovali v počtu 5 osob. Všichni účastníci focus group, jsou aktivními provozovateli kiteboardingu i snowkitingu a věnují se lektorství a prodeji kiteboardingového vybavení.

Třetí metoda sběru dat byla čára života. Tato metoda se z hlediska poskytnutí informací o sobě jeví jako nejobtížnější. Po prvním neúspěšném výběru jsme narazili na účastníka, který svůj život přizpůsobil kiteboardingu a často pořizuje video dokumenty, které jsou využívány na mnoha propagačních akcích a webech. Rozhovor probíhal v březnu 2015 na soukromé chalupě v obci Pavlov a uskutečnil se až v pozdních večerních hodinách, kvůli časovým možnostem probanda.

Tabulka 2. Údaje ke zkoumanému souboru

	Označení účastníků v rozhovorech	Věk	Pohlaví	Status	Vzdělání	Doba praxe – roky	Disciplína	Místo bydliště
Focus group (FG)	FG (a)	27	Žena	OSVČ	SŠ	3	Kiteboarding /snowkiting	Valašské Meziříčí
	FG (b)	40	Muž	OSVČ	SŠ	10	Kiteboarding /snowkiting	Karvinná
	FG (c)	35	Muž	OSVČ	SŠ	5	Kiteboarding /snowkiting	Jihlava
	FG (d)	30	Žena	OSVČ	VŠ	3	Kiteboarding /snowkiting	Tábor
	FG (e)	39	Muž	OSVČ	SŠ	11	Kiteboarding /snowkiting	Rožnov pod Radhoštěm
Individuální rozhovor (IR)	IR	45	Muž	OSVČ	SŠ	15	Kiteboarding /snowkiting	
Čára života (CZ)	CZ	27	Muž	OSVČ	VŠ	8	Kiteboarding /snowkiting	
Průměr		34,7				7,8		

V tabulce 2 jsou znázorněny podle metody sběru dat, podrobné údaje o jednotlivých účastnících. Označení např. individuálního rozhovoru (IR) sloužilo v rámci

zpracování dat k zachování anonymity jednotlivých účastníků výzkumu a k naší orientaci při analýze dat. Dále tato označení využíváme při citacích konkrétních výroků ve výsledkové části výzkumu. Status uváděn podle probíhající činnosti. Vzdělání uváděno podle nejvyššího dosaženého a roky praxe jsou podle délky provozování samotného sportu od jeho výuky až po přítomnost.

5.2 Etika výzkumu

K zajištění diskrétnosti účastníků i výzkumníků, je povinností výzkumníka zajistit informovaný souhlas. Informovaný souhlas se vyžaduje při výzkumech s lidskými subjekty a slouží k ochraně osobních údajů, bez ohledu na techniku sběru dat. Účelem informovaného souhlasu je získat svolení k nakládání s daty a jejich následná prezentace (viz Příloha č. 6).

V souladu se zásadou ve znění: Povinnosti pracovníků výzkumu, týkající se informovaného souhlasu – pracovník výzkumu je povinen – sdělit účastníkům všechny informace nezbytné pro poskytnutí informovaného souhlasu, umožnit kladení dotazů, neklamat, nevyvíjet nepřipustný nátlak, vyžadovat souhlas až poté, co budoucí účastník získal znalost závažných faktů, získat od účastníka podpis formuláře jako doklad informovaného souhlasu, obnovit informovaný souhlas v případě, že se dospěje k podstatným změnám původního konceptu výzkumu nebo výzkumných procedur (Hoffmannová, 2011, 100).

Před realizací samotného šetření, jsme účastníky pečlivě seznámili s průběhem rozhovoru. Poskytli jsme jim přibližné informace o způsobu vedení, vyjadřování se k otázkám a zdůraznili jsme použití nahrávacího zařízení. Po krátkém seznámení jsme jim před započítím rozhovoru předali informované souhlasy, jež jsme přednesli a zeptali se na případné dotazy. Poté, jsme požádali o podpis informovaných souhlasů. Zavázali jsme se tak ochraňovat jejich osobní data a následně jim byla nabídnuta možnost poskytnutí zpracování výsledků. V průběhu předkládání a přijímání informovaných souhlasů, nedošlo k žádnému zaváhání.

5.3 Focus group (FG)

Focus group se uskutečnila na začátku března 2015. Byla realizována v soukromém kiteboardingovém klubu M.A.S.H.T.A.L., v obci Ryžoviště. S jednotlivými účastníky jsme si předem domluvili termín, který by jim nejvíce vyhovoval a ten byl dodržen.

Původně jsme byli domluveni se šesti účastníky, ale během stanoveného dne rozhovoru, se jeden z účastníků nemohl dostavit, ale i přesto se daná FG zrealizovala. Čas konání FG jsme podle zúčastněných zvolili na 19:00 hodin a všichni se dostavili téměř včas.

Místo bylo zvoleno v klubové základně, která zároveň slouží jako občerstvovací bar (nekuřácká hospoda). Celý prostor, představen na obrázku 5, je zařízen v dřevěném provedení, a navozoval tak příjemnou atmosféru pro všechny zúčastněné. Pro naši FG jsme využili vyšších barových stoliček a obdélníkového stolu, který nám poskytoval nejvíce prostoru pro realizaci a především možnost očního kontaktu se všemi zúčastněnými.

Všichni účastníci se velmi dobře znali, proto nebylo nutné větší představování a rovnou jsme se pustili do rozhovoru. Složení focus group podrobněji představuje tabulka 2. Všichni se aktivně účastnili a celková doba nahrávané FG byla necelých 70 minut. Na konci ještě došlo k otevřené debatě o tématu, a všem účastníkům se metoda FG velmi zalíbila. Celková doba realizace včetně příchodu, samotné FG a debaty po skončení, trvala přibližně 110 minut.

Tabulka 3. Základní údaje focus group

Účastníci focus group (FG)		Pohlaví	
Počet účastníků		Ženy	Muži
		2	3
Počet účastníků celkem		5	
Průměrný věk	Minimální	27	35
	Maximální	30	40
	Celkem	28,5	38
Průměrný věk celkem		34,2	
Status	Student	-	-
	OSVČ	2	3
	Nezaměstnaný	-	-
Vzdělání	Základní	-	-
	Středoškolské	1	3
	Vysokoškolské	1	-
Průměrná délka praxe		3	8,7
Průměrná délka praxe celkem		6,4	

V tabulce 3 jsou znázorněny podrobné informace o účastnících focus group. Vzdělání je uváděné nejvyšší dosažené. Roky praxe se vztahují na celou dobu provádění sportu od jeho začátku až po přítomnost.

5.4 Individuální rozhovor

Individuální rozhovor byl pořízen již v listopadu roku 2013 v rámci předmětu TYSP (Týmová spolupráce), který jsem následně využila pro tuto práci. Rozhovor se uskutečnil v Pavlově v Yacht – klubu v tzv. mobilhousu (letní příbytek). Účastníkem

rozhovoru byl velmi známý muž z kiteboardingové scény, který má za sebou léta praxe a zkušeností v tomto oboru. Dokonce je jedním z průkopníků tohoto sportu v ČR a má vlastní značku zabývající se právě kiteboardem. Rozhovor probíhal v odpoledních hodinách a jeho délka byla přibližně 21 minut. Účastník je pro mne velmi blízkou osobou, proto byla už od začátku navozena příjemná atmosféra. Vzhledem k tomu, že jsme se s účastníkem navzájem dobře znali, trvalo nám chvíli, než se rozhovor vedl na formálnější úrovni. Po pár otázkách se nám vše podařilo a účastník mne obohatil o cenné informace a zkušenosti. Po skončení rozhovoru ještě proběhla krátká diskuze k tématu, ale poté účastník potřeboval řešit své pracovní povinnosti. Na této metodě jsem si vyzkoušela vedení rozhovoru, což mi pomohlo k následné realizaci focus group i čáry života.

5.5 Čára života

Všechna doposud získaná data jsem obohatila ještě o čáru života. K této metodě jsme původně vybrali ženu, která později odmítla rozhovor poskytnout, z důvodu udržení si osobních údajů. V záloze jsme měli ještě muže, který ihned s rozhovorem souhlasil, jen u něj byla časová indispozice. Termín jsme zvolili ke konci měsíce března, kdy měl účastník z pracovního hlediska volněji. Rozhovor probíhal stejně jako focus group v obci Pavlov, jen na soukromé chatě. Účastník je vystudovaný inženýr IT technologií a v minulosti se vrcholově věnoval basketbalu. V současnosti celý svůj život přizpůsobuje kiteboardingu. Před začátkem jsem účastníka seznámila s průběhem rozhovoru a rozhodla jsem se ho celý nahrát. Dále jsem mu opět poskytla informovaný souhlas a představila metodu křivky (čáry) života v upravené podobě dle Říčana (2004):

Vezměte si papír formátu A4, na který si zobrazte úsečku symbolizující Váš život. Začal zrozením, přesněji řečeno početím, a končí smrtí. Pochopitelně nevíme, kdy zemřeme, ale zkusme si „zahrát“ tak, že odhadneme, kde se na této čáře nacházíme momentálně, to znamená s jakou délkou života ve svém životním scénáři (tak nějak neurčitě) počítáme. Vidíte se na začátku, ve čtvrtině, třetině, polovině nebo snad krátce před koncem? V každém případě si na Vaší čáře zaznamenejte jeden bod jako současnou chvíli, poznačte k němu své roky. Popřemýšlejte, co je pro Vás v tomto bodě zásadní a napište si v poznámkách k němu. Nyní se podívejte „za sebe“, do minulosti. Pokuste si vybavit a vnímat události, které určily Váš život, formovaly Vaši osobnost, otevíraly nebo zavíraly Vaše možnosti? Kde byly rozhodující křižovatky? Životní momenty, kterých kdyby

nebylo, tak se nenachází tady a teď. Vyznačte je na čáře jako body. Mohou být dva nebo tři, případně více, ale maximálně 7. Poté přeneste Vaši pozornost do budoucnosti. Co od ní očekáváte a kdy? Na co se těšíte, čeho se bojíte, co tam vidíte za události? Kromě významných událostí ve Vašem životě se pokuste tvarem křivky zachytit dynamičnost a proměnlivost Vašeho života, který je často plný výkyvů nahoru a dolů, jednou si připadáte na vrcholu plni života a podruhé máte pocit, že vám dochází síly.

Po představení této křivky jsem účastníka nechala, ať si připraví nákres a poté jsme postupně jednotlivé události rozebírali a doptávali se na obdobné otázky, jako u focus group. Celý rozhovor trval přibližně 45 minut, ale po něm následovala ještě asi půl hodinová diskuze. Pro mě jako výzkumníka byla tato metoda složitá, protože jsem přesně nevěděla, jak ji, i po předešlém nastudování, uchopit.

6 VÝSLEDKY A DISKUZE

Po analýze dat, při které jsme využili již zmíněné metody (viz kapitola 4.2), jsme odhalili následujících pět základních kategorií, které se promítly ve výpovědích respondentů. Jednotlivé prvky analýzy prokládáme konkrétními citacemi účastníků (zvýrazněny kurzívou) a i přes strukturalizované zobrazení výsledků do samotných podkapitol, pojmáme celou strukturu jako celek, který spolu souvisí a je dynamický.

Zvolené kategorie:

- osobní identita,
- komunita,
- zdraví,
- limity,
- představy o budoucnosti.

Na základě našich výsledků je možné konstatovat, že do všech kategorií byl promítnut sled událostí minulých, přítomných a budoucích, který spojuje samotné části v jeden celek. Naše zjištění je například v souladu s pojetím Hoffmannové (2011) o biodromálním přístupu, který vyjadřuje komplexní vývoj člověka právě v tomto sledu událostí.

6.1 Osobní identita

Oblast osobní identity je v první části zaměřena na okamžik prvního seznámení s kiteboardem, který byl klíčovým pro samotné účastníky a dokládá, proč se stali sportovci v rámci kiteboardingu. Dále co pro ně sport v životě znamená a stěžejní byl i fakt, že při setkání sehraje důležitou roli známý, kamarád nebo jiný příslušník zabývající se tímto sportem. Toto tvrzení můžeme podložit výsledky Hoffmannové (2011), která dospěla k podobným závěrům u freeskierů a freestyle snowboardistů, že podstatnou roli napříč jejich životní dráhou zaujímají významné osoby, které je buď přímo, nebo nepřímo přivedly k freestyle, rodina, společenství lidí kumulující se kolem aktivity nebo lidé, kteří je v současnosti provází.

Mé první setkání s kiteboardem proběhlo přes kamaráda, který už v té době kiteboarding znal. V létě nás vzal na kopec, tam jsme si vše vyzkoušeli, no a zalíbilo se nám to. FG (a)

Já jsem kiteboarding viděl poprvé na Hawai, kde jsem čuměl na borce, jak to dělají a absolutně jsem nechápal, jak kite ovládat. No a po chvílce strávené na pláži jsem si šel kite vyzkoušet. A od té doby jsem to chtěl dělat. FG (b)

Můj první kontakt, to bylo, když jsme měli svatbu na Mauriciu, kde si týpek užíval týden líp než my a tak jsme se rozhodli, že do toho půjdem taky. FG (c)

Já jsem se seznámila s klukem, kterýho jsem si přidala na Facebooku, on tam měl kitové fotky, a pak to pro mě bylo jasné, co budu dělat. FG (d)

Pořád jsme jezdili na Bol a tam se jezdilo, ale spíš na windsurfu a tak jeden na kitu. No a tatku to zajímalo, tak to chtěl zkusit. To bylo první setkání s kitem. No a třeba rok nebo dva potom jsem třeba ještě tak 4 roky dělal windsurf, kvůli tomu basketu, že jsem toho víc nestíhal. CZ

Účastníků jsem se dále tázala, proč zvolili právě tento sport. Odpovědi byly celkem jednoznačné. Shodovali se, že je k tomu vedla změna v osobním životě a změna životních hodnot. Tyto události charakterizovaly jedince a jejich přístup v přijímání nových situací, spojených s věnováním se kiteboardingu. Toto pojetí může být spojeno s obdobím životní cesty, ve které se odehrávají důležité životní přechody, jež jsou zároveň obdobími, ve kterých se koncentrují důležité životní události a rozhodování. Události, určující další průběh a ovlivňující život, tak jak je pojímá Koščo (1987) a za tyto události uvádí např. začátek školy, získání první práce, opuštění domova atd.

To vidím u svých kamarádů, známých jo. Jakmile se někdo rozhodne dělat tento sport naplno, tak už není cesty zpět. Aby u toho člověk zůstal, tak moje rada je, začni ho dělat. Když ho začneš dělat, tak už se dá na 99,9% říct, že u toho sportu zůstaneš. Neznám člověka, který by ten sport začal dělat, a který by od toho sportu odešel... já takového člověka neznám, ty jo?IR

Tenkrát to pro mě byla spíš jen zábava, sport, který jsem nemohl dělat tak často a hlavně mě pořád omezoval ten basket, takže jsem jezdil jen, když se naskytla příležitost. No a změnilo se to asi tak, až jak jsem začal vydělávat peníze, protože s tatkou to bylo těžké. Měl jsem strach o ty kity, bál jsem se vůbec vyjet. A zlepšilo se to, nebo spíš změnilo, až jak jsem chodil do práce při výšce. Studoval jsem VŠ prvním rokem a začal jsem už chodit do práce a koupil jsem si své první věci a od té

doby jsem začal dělat všechno jen proto, abych mohl kitovat. Tím se to změnilo úplně a už to pro mě byl životní styl, ne jen sport. CZ

Snažím se přizpůsobovat jedno druhému a hodně mě ten kite ovlivnil i v tom, že nebýt jeho, tak jsem někde zaměstnaný a dělám 8hod denně a chodím do práce někam do firmy, kde se maká od rána do večera. Možná by mi to právě ani nepřišlo, ale díky tomu kitu, protože když chceš kitovat, tak musíš mít tu možnost odjet podle větrných podmínek. Takže díky kitu jsem nechal předešlé práce, ve které jsem byl 2 roky no a pak jsem začal dělat weby sám na sebe, abych mohl pracovat odkudkoliv a mohl kamkoliv odjet. CZ

Z výpovědí respondentů je patrné, že sport dokáže ovlivnit osobnost tak, že je kvůli němu schopna přehodnotit a přenastavit stávající režim. Změna se projevovala především v plynoucí životní dráze a získávání nových hodnot a zkušeností během života, k čemuž můžeme přiřadit i pojem dezintegrace od Vašiny a Strnadové (1998). Dezintegrace může vést díky diferenciaci k pozitivní změně, která mění člověka v jeho prospěch a každá špatná zkušenost může být užitečná a příště se z ní člověk poučí. Práce, láska ke sportu, větší množství financí, samostatnost a zodpovědnost – tyto faktory byly rozhodující. To, že u některých došlo ke změně zaměstnání kvůli kiteboardingu znamenalo, že nejde jen o finanční stránku věci, ale o rozhodnutí být flexibilnější a mít možnost vyrazet za optimálních podmínek.

Zjišťovali jsme, co pro účastníky znamená kiteboarding v jejich životě a většina z nich konstatovala, že je pro ně životním stylem a nedokážou si bez něj život představit. Významnou roli hrála příroda, volnost, nezávislost a také integrita, kterou jedinec vnímá a hodnotí během svého života. V souvislosti s integritou se zde projevovala i koherence. V naší práci byla pojímána jako soudržnost jednotlivých životních cílů, což dokládá i Krivohlavého (2006) pojetí, že soudržnost nebo soulad jsou spojovány s hodnotovým žebříčkem, který zahrnuje přesvědčení, že každý život má nějaké poslání a stojí za to ho žít. U některých respondentů se odráží to, že aby se mohli sportu věnovat, promítlo se to do jejich zaměstnání a formy bydlení.

Třeba pro mě kite, je fakt životní styl. FG (d)

Pro mě taky, protože se tomu všechno uzpůsobilo, jak práce, tak bydlení. FG (a)

Pro mě je to byznys, já to dělám kvůli penězům ☺FG (e)

Tak jasné, že kvůli penězům, kvůli čemu jinému bysme to dělali? FG (b)

Pro mě, já jsem do toho šel kvůli penězům a už je to zase jen životní styl. FG (c)

Tak nejdůležitější jsou určitě lidi, příroda nebo prostředí, ve kterém tento sport děláš a ta kondice. Přijde mi to super pro tělo. CZ

Dělám to pro zábavu a proto, že mě to baví, ale vzhledem k mému zdravotnímu stavu, tak určitě nebudu na takové úrovni jako je Switch, ty nebo někdo. Viki. Dělám to hlavně pro svoji radost a zábavu. Když mám vždycky nějaký kiks a nejradši bych všechno prodala, tak stejně řeknu, že láska ke kitu mě nikdy neomrzí. FG (d)

Jeden z účastníků poznamenal i fakt, že dochází k formování jeho osobnosti vlivem kiteboardingu.

Jako každej sport tě formuje nějakým způsobem, že..hlavně si myslím ve sportu jako takovém a hlavně teda vrcholovém, že ten člověk, který ten sport dělá tak jeho morálka je úplně jinde než lidi, co ten sport nedělají, protože umí vyhrávat, umí prohrávat jo. Umí se pro něco nadchnout, má silnější vůli určitě, stoprocentně, no a to už je řečeno samo o sobě že...Ti potom do toho života ty vlastnosti co ti ten sport dá, tak si myslím, že v žádném případě nejsou špatné no...

6.2 Komunita

Z výsledků vyplývá, že podstatnou roli v životě kiteboardistů napříč jejich životní dráhou zaujímá sociální prostředí. Významná je pro ně rodina a komunita lidí, zajišťující finanční a psychickou podporu.

Účastníci výzkumu se shodují, že komunita nabízí být součástí velmi vytříbené skupiny sportovců. V podstatě si každý najde partu, která mu vyhovuje a cítí se v ní dobře. Výběr závisí na vlastních prioritách a prioritách skupiny, do které chce být jedinec integrován. Šnýdrová (2008) se Sedlákovou (2000) mluví o integritě jako o nedokonalém stavu a neustálém procesu, který směřuje k vyvážené jednotě, která může být kdykoliv z různých důvodů narušena. Narušení se může projevovat ve vývojových změnách, rozporech v růstu nebo psychickými poruchami. V tomto smyslu pojmáme osobnost jako celek a její charakteristiky, které jsou navzájem propojeny a celku podřízeny.

Dalším faktem je, že bez ostatních lidí, se kterými tráví svůj volný čas, by ani kiteboarding neprovozovali. Jako velkou výhodu vidí v tom, že mohou skloubit koníček s rodinnými povinnostmi a prací. Komunita, do které se integrují, sdílí většinou podobné názory a postoje k životním událostem a jeví se jako nepostradatelná při společných zážitcích a v době krizových situací. Naše výsledky jsou v souladu s Hoffmannovou (2011), která také poukazuje na důležitost komunity. Podobně i Šebek (2011) píše ve své disertační práci hodně o významu komunity, zdůrazňuje její význam ve vztahu k přilnavosti k této aktivitě nebo Hoffmannová (2011) neuvádí, že by bylo snadné skloubit rodinný život u freestyle snowboardistů a freeskierů. Analýza výsledků poukazuje na to, že v rámci kiteboardingu je to možné.

V tomhle tom sportu si myslím, že čím víc lidí a kamarádů, tím líp. FG (c)

A hlavně ty kamoše potom poznáš i na vodě. Když se něco stane, tak je každý rád za každou pomoc. FG (e)

Bez party by to nešlo dělat. Si představ, kdyby si skočila na vodu a jezdila si tam sama a slezla by si z vody, byla by si sama, večer by si šla sama zakalit, jo..to přece nejde vždycky ta skupina lidí u toho musí být jako, bez té skupiny lidí kolem tebe, by to ani nešlo, by tě to ani nebavilo dá se říct, to by tě mohlo bavit půl roku a pak bys to mohla zabalit. IR

Jinak, co mě u kitu nejvíc chytlo, tak to byla určitě volnost. Potřebuješ i ty lidi kolem sebe, protože když jsem byl na erasmu ve Španělsku, tak jsem měl sice možnost jezdit, ale neměl jsem s kým a tam jsem zjistil, že mě to bez těch lidí vlastně nebaví. A hlavně lidi, co se pohybují kolem kitu, tak jsou úplně jiní než kdekoliv jinde, nedělá to žádný blbec, všichni jsou vyklidnění, mají rádi volnost a mají většinou i vztah k přírodě a jsou v pohodě. CZ

Rodinní příslušníci nebo přátelé, jsou často osoby, které účastníka ke sportu přivedli a podporují ho ve svých krocích. Pomáhají buď psychicky, finančně nebo s ním sdílejí zážitky.

A nejdůležitější je určitě taťka, který mě k tomu dovedl a určitě Pepa. Bez Pepy nevím, jestli by mě to bavilo. CZ

Z výpovědí je patrné, že lidé jsou u tohoto sportu důležitou součástí. Každý chce někam patřit a integruje se do společnosti, která mu „vyhovuje“. Z vlastní zkušenosti mohou říci, že bez komunity lidí, která se kolem sportu pohybuje, by pro mne kiteboarding nebyl zajímavý. Dochází ke vzájemné motivaci, inspiraci a rozvoji jedince i skupiny. Důležitou roli hrají i významné osobnosti, věnující se kiteboardingu, ať už v České republice nebo v zahraničí. Díky těmto lidem účastníci posouvají své hranice a jsou motivováni.

Z těch světových to tě asi budou vždycky ovlivňovat že, protože jezdí úplně jiný level a snažíš se jim nějakým způsobem přiblížit, že. Jde taky o styl jakým jezdí, ale já jsem třeba více freestylově zaměřený, takže mi nic neříkají lidi, kteří jezdí dlouhé závody jo, takže mě samozřejmě budou víc ovlivňovat ti lidi, co jezdí freestyle jo. I v tom mém věku. No a jsou to třeba Aaron Hadlow jo, nebo v současné době Sam Light a tak dál, je jich spousta. IR

6.3 Zdraví

Výzkumný soubor zahrnoval pouze běžné uživatele, kteří mají kiteboarding jako koníček, nebo se mu denně věnují jako svému zaměstnání. Celá komunita, kterou jsem zkoumala, věnuje tomuto sportu veškerý volný čas a přizpůsobuje mu i svoji práci. Faktor zdraví byl z výpovědí pojat jako prvek k udržení dobré fyzické a psychické kondice. Z výsledků vyplynulo, že účastníci díky kiteboardingu udržují fyzickou kondici a v rámci zlepšení výkonnosti se věnují i jiným sportům.

Příjemná únava jak na duši, tak na těle. To je teda lepší jak po té kalbě. FG (a)

Já myslím, že nás nic jiného nečeká. Pro mě je to vyloženě čistička hlavy, že když jsem ve stresu, tak tělo může prasknout a já si zajedu zajezdit tam na pole a jsem v pohodě. Snažím se naučit nějaké nové triky a to mi dělá hroznou radost, když se to tělo a mysl posune někam dál. FG (e)

Zajímavou výpovědí bylo zdraví omezené věkem. Účastník uváděl, že věkové omezení neexistuje a že je to pouze na nás, jak moc se budeme sportu věnovat. Říkal, že věkové omezení máme pouze v hlavě a je to stejné jako se zvířaty, která když se nehýbou, zemřou. Zdůrazňoval, že pokud slouží zdraví, člověk může sport provozovat do nekonečna.

Kiteboarding pro respondenty vyžaduje silové a vytrvalostní schopnosti, které je nutné udržovat v rámci fyzického zdraví. Účastníci konstatují, že lidé, kteří se tomuto sportu věnují, by měli dbát i na průběžné posilování a většina má jako doplněk jiný sport - lezení, jógu, gymnastiku, hokej, wakeboarding atd.

My vlastně u sexu máme taky takovou gymnastiku. Jinak jsou parádní i ty streetworky nebo co to je. Prostě projdeš náměstím a během toho si zamakáš. Před nebo po práci. FG (b)

Kite je volnější, wake je supr na trénování fyzicky, dovedností, ale že bych sekl s kitem, to ne. Jezdíš furt dokola ty samé překážky, pořád jak v kleci. FG (e)

Hlavně si myslím, že u těchto sportů bys měl mít nějaký základ z jiných sportů, pokud to neděláš od mala a určitě je důležité posilovat. Jinak si myslím, že všichni co jsou v tomto dobří, tak dělali intenzivněji nějaký sport. CZ

Aaah fyzicky, jako pokud ten sport děláš 3 krát 4 krát týdně, tak fyzicky tě připraví to, že vůbec ten sport děláš. Ale samozřejmě je dobré sem tam vletět na hrazdu, sem tam dělat i jiné sporty jako já třeba ještě hraju i hokej jo. Takže každopádně ta fyzická tady tím tomu jen pomůže, čím vyšší máš fyzickou, tak tím víc zvládáš jako jízdu ve vlnách, pak tě nějak semele a máš dost fyzických sil, tak se z toho vždy nějakým způsobem dostaneš, ale pokud tam jede někdo slabý, tak už má problém.

IR

U obou výpovědí je shodné, že nejde dělat jen samotný kiteboarding, ale je vhodné doplňovat ho i jinými sporty, které napomáhají v rozvíjení jiných tělesných partií a dovedností.

U některých se projevilo riziko spojené s bezpečností a úrazem. Většina se, ale shodla, že kiteboarding, i přes své zařazení do extrémních sportů, není tolik rizikový a naopak prospívá ke zdraví. Ptali jsme se i na úrazy, které by nějakým způsobem mohly omezovat jejich výkonnost. S těmito výsledky souvisí i salutogenetické pojetí Antonovského (1985), který se zabýval sledováním a popisem zdraví u těch, kteří přežívají ve zdraví extrémní životní situace.

Úrazy jsem měla, ale nikdy ne takové, abych si řekla, že s tím skončím. Zlomené prsty, dodřená...FG (a)

Kitování je doprovázeno, tak jak všechny sporty zraněními. Proto, jak už jsme zmiňovali, velkou úlohu hraje důkladné posilování. Ti, kteří mají s úrazem vlastní zkušenost, hovoří o něm, jako o ponaučení. Především zazněly názory, které potvrzovaly, že kite není až tak nebezpečný, jak vypadá a dá se jeho rizikům předcházet.

Co se týče zranění, tak je to naprosto jednoduché. Jsem člověk, který káže vodu, pije víno, takže na to, že prostě nevím co to je helma, vesta, tak jsem zaplat' pánbůh neměl žádný úraz, byť si o to koleduju každý den. FG (c)

No oproti windsurfingu asi ano. Je to asi na pohled extrémnější, ale ve své podstatě, když člověk už se s tím kitem naučí zacházet a ví, že už se nemá rozjet proti zdi, bez brzd a používat ten kite nebo ovládat ten kite tak, jak se má, tak se nemá vlastně co stát a během půl roku, roku a dvou let ovládní toho kitu...tak do krve jako když chodí nebo řídí auto. Takže tam se chyby nedělaj. IR

6.4 Limity

Limity jedinci vnímali ze dvou pohledů. Jedním z nich byl pozitivní (kladný) pohled, který spatřovali především ve výhodách pořizování vybavení a provozování ve srovnání s windsurfingem. Shodli se i na tom, že výuka kitu je jednodušší.

Jo úplně, teda ne proto, že by mě to nebavilo, ale spíš z důvodů, že s tím je daleko víc práce a hodně věcí. Kite je větší volnost, windsurf mě víc bavil jen na vlnách, protože tam jsi s tou plachtou a vlnou víc spjatý. CZ

Jeden z účastníků se s ostatními neshodoval v náročnosti provozování kiteboardingu a windsurfingu. V souvislosti s výsledky pro nás tento výrok znamenal to, že kvůli výhodám, které s sebou nese kiteboarding, si zvolil právě tento sport a shledává ho i jako jednodušší pro skloubení s ostatními okolnostmi provázející jeho životní dráhu, ale vyšší fyzickou náročnost shledává u windsurfingu, který mu zamezil hlubšímu věnování se mu, a proto zvolil jednodušší variantu kiteboarding, stejně jako ostatní.

Já nevím, jestli bych souhlasil, windsurf v mém podání to byla úplně jiná figura. Mám pocit, že tím, že to bylo víc silové, tak byl člověk v daleko větší kondici. Nebavím se o protažení. To je určitě lepší u kitu, ale silově je windsurf jinde. Přišlo mi, že na tom byl člověk fyzicky úplně na jiném levlu. Je to možná individuální. Mně přijde windsurf fyzicky náročnější. FG (c)

Výsledky poukazují na atraktivnost, že sport mohou provozovat i ženy, které nejsou tolik silově nadané. Kiteboarding je pro ně snazší z důvodů menších silových schopností a obecně lepší po stránce flexibility. Dále účastníci zdůrazňovali variabilitu, že si každý najde to, co mu vyhovuje z hlediska náročnosti pohybu. Rozlišovali 2 disciplíny – freestyle a freeride, které stejně tak interpretuje i Hoffmannová (2011) a vyjadřuje tento individuální styl jako určitou formu sebevyjádření, která představuje prostor pro vyjádření vlastního stylu. Freestyle (volný styl, provádění triků) volí spíše mladší jezdci s vysokým nárokem na pohyb a fyzickou kondici, kdežto freeride (jízda ve volném terénu) volí ti, kteří chtějí při sportu relaxovat a věnovat své myšlenky vnímání okolí a nechtějí řešit náročné situace.

Dokud budu moct chodit (chichi) jo protože člověk si může naložit, ze začátku, kdy ještě máš sílu joo, ohebnost, mršnost a všechno tak jezdíš freestyle a jak ti ty síly a mršnost ubývají tak jezdíš jen freeride nebo jezdíš jen vlny...IR

Já to myslím tak, že freeride je odpočinek, nikam to neženu, jezdím si jak chci, i když vím, že začíná něco bolet, tak změním způsob jízdy a dám si víc relax. Celé tělo protáhnu.FG (b)

Druhým z pohledů byl negativnější, vnímaný jako omezení v provozování sportu. Důvody byly jak časové tak finanční. U této kategorie jsme očekávali zmínění finančních nákladů jako rozhodujících, což se v podstatě i potvrdilo. Bylo, ale patrné, že každý z respondentů dělá všechno proto, aby mohl koníček skloubit s prací a mohl se mu věnovat na sto procent. Finanční náročnost nebyla popisována z hlediska pořizování výbavy, ale sportovci viděli problém spíše v cestování, které je žádoucí pro ježdění v kvalitních podmínkách.

Je to určitě jedno s druhým. Když budeš mít peníze a nebudeš chtít jet sám, tak k čemu ti to je. FG (a)

A další věc, že lidi většinou co mají peníze, tak zase hodně pracují a naopak nemají čas někam jet a kitovat. FG (b)

Velmi přínosným názorem pro všechny, byla myšlenka omezení prostoru. Z vlastní zkušenosti mohu potvrdit, že každým rokem kiterů přibývá a všechny to nutí k objevování nových a ještě neobjevených míst.

Mě momentálně nic neomezuje. Já si myslím, že omezení v kitu nastává v prostorech. Ten nárůst, který kite má, tak si myslím (ne v zimě, ale v létě), že těch míst začne postupně ubývat. FG (c)

Ptali jsme se také na omezení z hlediska rizikovosti a zvládání náročných situací, což se neprokázalo jako stěžejní. Účastníci považují kiteboarding jako relativně bezpečný sport, který pokud člověk projde kvalitním kurzem a dodržuje pravidla, není nijak nebezpečný a důležitou roli hrají opět kamarádi, kteří si navzájem pomohou.

Řadí se mezi extrémní, ale...extrémnost...většinou extrémní sporty jsou takové, na které nedosáhne jakoby každý, jo..nemá na to každý povahu, ale myslím že ten kite dneska může dělat každý. Hlavně kvůli tomu, že ty kity dneska už jsou bezpečné. Takže tímhle směrem určitě se ten kite vyvinul jako do normálního sportu, který může dělat kdokoliv na světě, že už bych to neřadil ani k nějakým více extrémním sportům, to je prostě normální sport IR

Já jsem měla asi 2roky zpátky krizovou situaci, kdy jsem se připla za dvanáctku no a odstřelená a táhlo mě to do moře. Ryla jsem nohama v písku, křeče v nohách a už jsem polykala andělíčky. FG (a)

Já jsem krizovku neměl, jenom co si vzpomínám, jak jsme byli po Sicílii na Orebiči, kde jsem se učil stoupat, sem tam jsem poskočil a všiml jsem si Káti na loďce, která na mě neustále něco křičela a mávala, ale pořád jsem nechápal. Pak se otočím za sebe a uvidím trajekt, který byl asi 20m za mnou. To jsem měl celkem hrachy. Tak sice stoupaní jsem se nenaučil, ale rychlejší downwind jsem nikdy nezažil. FG (c)

Loni v Řecku, kdy mě spláchla vlna, ztratila jsem prkno, vlny mě táhly někam pryč a nevěděla jsem jak se vrátit. Odstřelila jsem draka a pak pro mě přijel můj velký zachránce. Na to v životě nezapomenu.FG (d)

6.5 Představy o budoucnosti

S postupným přibýváním informací o kiteboardingu roste současně zájem o jeho provozování. Výsledky potvrdily, že se účastníci obávají prudkého nárůstu nových jezdců a zároveň mají strach o obsazenost oblíbených a ideálních lokalit. To, že dochází k dynamickému nárůstu sportu, popisuje i Žůrek (2013) ve své diplomové práci, který je

několikaletým provozovatelem tohoto sportu a současně působí ve firmě KITEBOARDING.CZ.

V rámci oblasti představ o budoucnosti jsem se dotazovala, zda se účastníci chtějí věnovat kiteboardingu i v budoucnosti a jak vidí nárůst kiteboardingu v ČR. Tady všichni jednoznačně odpověděli, že budoucnost bez kiteboardingu neplánují a chtějí dále cestovat, poznávat nové lidi a bavit se, což se shoduje i s prací Hoffmannové (2011), která poukazuje na významné postavení cestování v životní dráze freeskieřů a freestyle snowboardistů. Jako jednotlivý prvek zmiňuje potřebu poznávání nového, rozšiřování obzorů a cestu k nezávislosti.

Chtěla bych toho určitě ještě co nejvíc pocestovat a pokajtovat. Samozřejmě co nejdýl to půjde, protože je to taková láska na dlouho. FG (a)

Já taky tu budoucnost beru jako jednu velkou dřinu, protože vzhledem k tomu, že už se mi to zpátky z toho byznysu stalo koníčkem, tak teďka mě čeká učení všech těch zlepšováků a to bude bolet. Zranění i pro pojišťovnu, fyzická kondice i vzhled, no bude to krásná budoucnost. FG (c)

Nechci být žádný mist světa v kitu, ale dělám to hlavně pro radost a kvůli těm lidem. Jinak budoucnost je jasná, budu mít babu, se kterou budu kitovat, budeme mít děti, které budou kitovat. Takže tady toho asi do budoucnosti moc nenapišu, to je úplně jednoduché - baba, děti, kite. CZ

Vývoj kiteboardingu jedinci vnímají jako velmi rychlý a zároveň se obávají o prostory, které se vlivem nárůstu počtu jezdců zmenšují. Nárůstu počtu nováčků dávají za příčinu zlepšení bezpečnostních a technických prvků.

Noo já si myslím, že se bude ubírat spíš takovým masovým směrem, že to bude dělat prostě čím dál víc lidí, no..že to nezůstane sport jako třeba já nevím paragliding a nebo další takové sporty, kde prostě to dělá nějaká úzká skupina lidí a moc ty počty těch lidí nenarůstají, kdežto u toho kitu, ta dostupnost toho materiálu, míst, kde se dá na tom kitu jezdit, hlavně teda v zimě je spousta takže to je všechno předpoklad pro to, aby těch lidí to začalo dělat čím dál tím víc. IR

7 ZÁVĚRY

Cílem naší práce je zjistit, jak se kiteboarding promítá do osobní koherence jedince, který se tomuto sportu věnuje. Stanoveným cílům odpovídají jednotlivé kategorie, které vyplynuly z analýzy dat a jsou jimi: osobní identita, komunita, zdraví, vnější okolnosti a představy o budoucnosti. Kategorie jsou vnímány jako celek a promítají se v nich události doby minulé, přítomné a budoucí.

Kategorie „**osobní identita**“ hrála u účastníků výzkumu důležitou roli. To, jak se ke sportu dostali, brali jako stěžejní událost, která je „přinutila“ (v jejich zájmu) věnovat se tomuto sportu naplno. Většina uváděla místo setkání se sportem v zahraničí, pouze 2 respondenti se s kiteboardem setkali v České republice a jedna na komunikativních sítích. Bylo zjištěno, že kiteboarding si vybrali na základě uspokojení potřeb a z hlediska zábavy. U některých to byla potřeba pohybu a dobré kondice, jiní chtěli díky sportu více poznat přírodu a nové lidi a všichni se shodli na tom, že je pro ně kiteboarding životním stylem.

Kategorie „**komunita**“ napříč životní dráhou kiteboardistů je charakterizována jak rodinnými příslušníky, tak i kamarády (partou). Rodinní příslušníci nebo kamarádi jsou uváděni jako ti, kteří jedince k tomuto sportu dovedli a neustále ho podporují. Výpovědi byly u všech podobné a nejvíce odpovědi se shodovalo v tom, že kiteboarding je bez lidí nezajímavý. Všichni chtějí někam patřit a hledají si pro sebe místo v komunitě lidí, která sdílí jejich názory, postoje a hodnoty. Lidé, kteří se kiteboardingu věnují, byli popisováni jako pohodoví, bezkonfliktní a rozumní. Vzájemná pomoc byla vyzdvihována všemi účastníky. Zároveň konstatují, že by pomohli i svému nepříteli.

Kategorie „**zdraví**“ byla pojímána z hlediska udržování dobré fyzické a psychické kondice a prevence proti úrazu. Kondici zdůrazňovali jako jeden z nejdůležitějších faktorů a druhým faktorem byla psychická rovnováha. Díky ježdění se jim dostává pohody, relaxace a zároveň posílí tělo. V rámci prevence proti úrazům doporučovali provádět i jiné sporty zaměřené na posílení těla, ale zároveň se všichni shodli, že kite, co se týká úrazů, nepovažují jako vysoce rizikový a náročný, který by způsoboval mnoho zranění.

Kategorie „**vnější okolnosti**“ promítla dvě úrovně pohledů – jeden pozitivní, druhý negativní. Pozitivní byl pojímán jako výhody v provozování kiteboardingu, snadnější výuka, méně vybavení a více zábavy a možnosti zvolení si výkonnosti oproti windsurfingu.

Negativní pohled byl účastníky vnímán z hlediska omezení, které představovaly čas, finance a nedostatek prostoru a míst k provozování. Stěžejními byly uváděny i podmínky vázané na místo provádění a meteorologické předpovědi.

Kategorie „**představy o budoucnosti**“ dokládala velký zájem účastníků se i nadále věnovat tomuto sportu naplno. Budoucnost si představují v nalezení si více času na sport, na cestování, na poznání nových lidí, nových míst. Další představou do následujících let je neustálé zlepšování sebe sama a posouvání svých hranic. Budoucnost také vnímali jako začátek objevování nových destinací, v důsledku zaplnění stávajících, vlivem nárůstu počtu začátečníků.

Na základě našich výzkumných zjištění se jeví kiteboardisté jako osoby se silným smyslem pro koherenci. Projevy této míry koherence spočívají především ve vnímání vyváženosti pozitivních a negativních prvků a v přijetí vlastního života takový jaký je, včetně těchto záporných skutečností.

Jedinec by si měl zvolit jasně daný cíl, ke kterému chce směřovat a toho by se měl pokusit dosáhnout, i přes úskalí, které s sebou tento cíl nese. Pokud se dostane do situací, které není schopen zvládnout, musí věřit a dělat vše pro to, aby tento cíl sám nebo společně se svým okolím překonal a dosáhl tak uspokojení svých potřeb.

V dalších výzkumech by bylo vhodné rozšířit výzkumný soubor o větší počet respondentů a zaměřit se jen na vrcholové sportovce, u kterých by se dala podrobněji prozkoumat tato problematika s využitím metody životní křivky. Dále by bylo zajímavé zjišťovat tuto charakteristiku pomocí Antonovského dotazníku Sense of Coherence (SOC). Výsledky diplomové práce budou uplatnitelné i v mém osobním životě a dovedla bych si je představit rozšířit i z hlediska fyziologických a zdravotních nároků.

8 SOUHRN

Přehled poznatků je v první části zaměřen na pojmy, jako jsou integrace, integrita, koherence a biodromální přístup. Důležitým závěrem bylo, že u každé osobnosti je prožívání individuální a některý jedinec je schopen přijmout, zpracovat a zvládnout náročnou a jemu nepřírozenou situaci, kdežto jiný ji nezvládne a dochází tak k narušení jeho koherence a integrity.

Druhá oblast přehledu poznatků pojednávala o přiblížení sportu - kiteboardingu z hlediska vysvětlení pojmu, objasnění historie, vybavení apod. Důležitou součástí byly i fyziologické nároky. Kiteboarding je odvětvím s obrovským sportovním i komerčním potenciálem. Jistě bude velmi zajímavé pozorovat jeho vývoj v příštích deseti letech. Je velmi pravděpodobné, že v zemích se stabilními větrnými podmínkami a mořskými plážemi bude velmi silně konkurovat windsurfingu, či zaujme dominantní místo na trhu s materiálem a službami pro malé plachtové vodní sporty.

Výzkumná část je následně orientována na to, jak jsou jednotlivé životní situace vnímány samotnými jedinci v jejich kiteboardingové dráze. Zajímalo nás především to, jak přispívá kiteboarding ke koherenci jedince.

Cílem naší práce je zjistit, jak se kiteboarding promítá do osobní koherence jedince, který se tomuto sportu věnuje. Účastníky výzkumu jsou jezdci (5) a jezdkyňe (2) ve věkovém rozpětí 27 až 45 let, kteří na profesionální, výkonnostní či lektorské úrovni provozují kiteboarding. Sběr dat proběhl prostřednictvím metod focus group, individuálního rozhovoru a čáry života. Analýza a interpretace dat byla realizována pomocí metody utváření trsů a metody kontrastů a srovnávání. Výsledek tvoří pět kategorií: osobní identita, komunita, zdraví, vnější okolnosti a představy o budoucnosti.

V dalších výzkumech by bylo vhodné rozšířit výzkumný soubor o větší počet respondentů a zaměřit se jen na vrcholové sportovce, u kterých by se dala podrobněji prozkoumat tato problematika s využitím metody životní křivky. Dále by bylo zajímavé zjišťovat tuto charakteristiku pomocí Antonovského dotazníku Sense of Coherence (SOC).

9 SUMMARY

Summary of findings is in the first part focuses on concepts such as integration, integrity, coherence and biodromal access. An important conclusion was that for each person is experiencing any individual and the individual is able to receive, process and manage all the challenging him and unnatural situation, whereas the other can not handle it and creates distortions on the coherence and integrity.

The second area of survey findings dealt with the approach of sport - kiteboarding in terms of concept explanation, clarification history, equipment, and also an important part of the physiological demands. Kiteboarding is an industry with huge sport and commercial potential. It would certainly be very interesting to watch his development over the next decade. It is very likely that in countries with stable wind conditions and sea beaches will strongly compete windsurfing and takes a dominant position in the market with materials and services for small tilt water sports. The research part is then focused on how individual life situation perceived by the individuals in their kiteboarding track. We were interested in whether they approach life curve, individual interview or focus group can determine the degree of coherence and whether an individual is able to experience himself and his surroundings as coherent.

The research part is then focused on how individual life situation perceived by the individuals in their kiteboarding track. We were interested in how it contributes to the coherence of the individual kiteboarding.

The aim of our diploma thesis is to find out how kiteboarding transfers into individual personal coherence who is interested in this sport. Research participants are riders (5) and rider (2) in the age range 27-45 years, who have a professional, performance or kiteboarding instructor level run. The data were collected through focus group methods, individual interviews and life line. Analysis and interpretation of the data was carried out using the method of forming clumps and methods of contrasts and comparisons. The result is composed of five categories: personal identity, community, health, appearances and visions of the future.

In further research it would be appropriate to extend the research group in a greater number of respondents and focus only on the athletes for which could be further explore

this issue using the method of life curve. It would be also interesting to find this characteristic using Antonovsky's Sense of Coherence Questionnaire (SOC).

10 REFERENČNÍ SEZNAM

Antonovsky, A. (1985). The life cycle, mental health and the sense of coherence. *Israel Journal of Psychiatry and Related Sciences*, 22(4), 273–280.

Balcar, K. (1983). *Úvod do studia psychologie osobnosti*. Praha: SPN.

Blatný, M. (2010). *Psychologie osobnosti*. Praha: Grada Publishing.

Blažek, B., & Olmrová, J. (1985). *Krása a bolest: úloha tvořivosti, umění a hry v životě trpících a postižených*. Praha: Panorama.

Bourgois, J.G., Boone, J., Tipton, M.J., & kol. (2013). Biomechanical and physiological demands of kitesurfing and epidemiology of injury among kitesurfers. *Sport med*, 44, 55–66.

Byle, K. A., & Holtgraves, T. M. (2008). Integrity testing, personality, and design: Interpreting the personnel reaction blank. *Journal of Business Psychology*, 22, 287–295.

Calhoun, Ch. (1995). 'Standing for Something'. *Journal of Philosophy*, XCII: 235–260.

Currer, I. (2002). *Kitesurfing: The complete guide*. UK: Lakes Paragliding.

Čábalová, D. (2011). *Pedagogika*. Praha: Grada Publishing.

Dorn, D. (2003). *The wind theory*. Retrieved 3. 4. 2015 from the World Wide Web: <http://www.maui.net/~hotwind/kissmembers.html>

Dorn, D., & Fosbinder, J. (2003). *The K.I.S.S. kitebook*. Hawai: Maui graphics.

Gulová, L., & Šíp, R. (2013). *Výzkumné metody v pedagogické praxi*. Praha: Grada Publishing.

Hartl, P., & Hartlová, H. (2000). *Psychologický slovník*. Praha: Portál.

Hoffmannová, J. (2011). *Proměnné v životní dráze sportovců u vybraných rizikových sportů (biodromální pohled)*. Disertační práce, Univerzita Palackého, Fakulta tělesné kultury, Olomouc.

Hoffmannová, J., & Šebek. (2013). *Fenomén X-sportů a aktivit*. Olomouc: Univerzita Palackého.

- Hoffmannová, J. (2013). Výběr současných moderních X-sportů a aktivit. In J. Hoffmannová & L. Šebek (Eds.), *Fenomén X-sportů a aktivit* (pp. 97-118). Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.
- Hoskovcová, S. (2006). *Psychická odolnost předškolního dítěte*. Praha: Grada Publishing.
- How to kiteboard. (2008). *Kiteboarding history*. Retrieved 7. 4. 2015 from the Worl Wide Web: <http://howtokiteboard.com/general--kiteboarding-information/history>
- Jansa, P., & kol. (2012). *Pedagogika sportu*. Praha: Karolinum.
- Kalvach, Z., Zadák, Z., Jiráček, R., Zavázalová, H., Sucharda, P., & a kol. (2004). *Geriatric a gerontologie*. Praha: Grada Publishing.
- Koščo, J. et al. (1987). *Poradenská psychológia*. Bratislava: SPN.
- Kotler, P., Wong, V., Saunders, J., & Armstrong, G. (2007). *Moderní marketing*. Praha: Grada Publishing.
- Křivohlavý, J. (2002). *Psychologie nemoci*. Praha: Grada Publishing.
- Křivohlavý, J. (2006). *Psychologie smysluplnosti existence*. Havlíčkův Brod: Grada Publishing.
- Křivohlavý, J. (2011). *Stárnutí z pohledu pozitivní psychologie*. Praha: Grada Publishing.
- Kučera, D. (2013). *Moderní psychologie*. Havlíčkův Brod: Grada Publishing.
- Kutnohorská, J. (2009). *Výzkum v ošetrovatelství*. Praha: Grada Publishing.
- Langmeier, J., & Krejčířová, D. (2006). *Vývojová psychologie- 2. vydání*. Praha: Grada Publishing.
- Lundgren, L., Brorsson, S., Hilliges, M., & Osvalder A. (2011). Sport performance and perceived musculoskeletal stress, pain and discomfort in kitesurfing. *Int J Perform Anal Sport*; 11(1),58–142.
- Mareš, J. (2012). *Posttraumatický rozvoj člověka*. Praha: Grada Publishing.
- Maxwell, J. A. (2005). *Qualitative research design: an interactive approach* (2nd ed.). Thousand Oaks: Sage Publication, Inc.

- Machková, H. (2009). *Mezinárodní marketing – 3. vydání*. Praha: Grada Publishing.
- Miovský, M. (2006). *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Praha: Grada Publishing.
- Morgan, D. L. (2001). *Ohniskové skupiny jako metoda kvalitativního výzkumu*. Boskovice: Albert.
- Nový, I., & Surynek, A. (2006). *Sociologie pro ekonomy a manažery*. Praha: Grada Publishing.
- Paulík, K. (2010). *Psychologie lidské odolnosti*. Praha: Grada Publishing.
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004): *Character strengths and virtues: A classification and handbook*. New York, Oxford University Press; Washington, DC, American Psychological Association.
- Průcha, J., & Veteška, J. (2012). *Andragogický slovník*. Praha: Grada Publishing.
- Reichel, J. (2009). *Kapitoly metodologie sociálních výzkumů*. Praha: Grada Publishing.
- Říčan, P. (2004). *Cesta životem. Vývojová psychologie*. Praha: Portál.
- Říčan, P. (2007). *Psychologie osobnosti*. Havlíčkův Brod: Grada Publishing.
- Sedláková, M. (2000). Procesuální a systémový přístup ke studiu integrace osobnosti. In Macek, P., & Šafářová, M. (Eds.). *Integrativní funkce osobnosti*. Sborník příspěvků z konference k životnímu jubileu prof. PhDr. Vladimíra Smékala, Csc. Brno: Masarykova univerzita, 29-39.
- Sedláková, R. (2015). *Výzkum médií*. Praha: Grada Publishing.
- Sheldon, K. M., & Kasser, T. (1995). Coherence and congruence: Two aspects of personality integration. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, 531–543.
- Stock, Ch. (2010). *Syndrom vyhoření a jak jej zvládnout*. Praha: Grada Publishing.
- Strauss, A., & Corbinová, J. (1999). *Základy kvalitativního výzkumu. Postupy a techniky metody zakotvené teorie*. Boskovice: Albert.
- Špedl, M. (2015). *Co je to kiting?* Retrieved 7. 4. 2015 from the World Wide Web: <http://www.kiting-sumava.cz/page/300-kiting.html>

- Šebek, L. (2011). *Specifické aspekty učení, motivace a adherence ke sportovní aktivitě u subkultury bikerů*. Disertační práce, Univerzita Palackého, Fakulta tělesné kultury, Olomouc.
- Šebek, L., & Hoffmannová, J. (2010). Metoda focus group a možnosti jejího využití v kinantropologickém výzkumu. *Tělesná kultura*, 33(2), 30-49.
- Šnýdrová, I. (2008). *Psychodiagnostika*. Praha: Grada Publishing.
- Švaříček, R., & Šedová, K. (2007). *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. Praha: Portál.
- Vágnerová, M. (2012). *Vývojová psychologie – dětství a dospívání*. Univerzita Karlova v Praze: Karolinum.
- Vašina, L., & Strnadová, V. (1998). *Psychologie osobnosti I*. Hradec Králové: GAUDEAMUS.
- Vymětal, J., & kol. (2004). *Obecná psychoterapie*. Praha: Grada Publishing.
- Williams, B. (1981). *Moral Luck: Philosophical Papers 1973–1980*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Zahradníček, T. (2013). *Slovník cizích slov*. Hradec Králové: TZ-one.
- Žůrek, D. (2013). *Reklama a podpora prodeje firmy KITE-KURZY.CZ v letech 2010 - 2012*. Diplomová práce, Univerzita Palackého, Fakulta Tělesné kultury, Olomouc.

11 SEZNAM PŘÍLOH

Příloha č. 1. Klasický Wipika kite (Currer, 2002, 9).



Příloha č. 2. Jednotlivé části kiteboardingového vybavení (vlastní archiv fotografií).



Příloha č. 3. Místo realizace focus group (vlastní archiv fotografií).



Příloha č. 4. Otázky k individuálnímu rozhovoru

1. Plno lidí končí se sportem dvacátým a třicátým rokem a tobě je přece jenom přes 40, tak co tě u téhle aktivity drží?
2. Jaké máš kolem sebe osobnosti, které figurují ve tvé sportovní dráze a ovlivňují tě nějak?
3. Jakou roli pro tebe hrají lidé, co se kolem kiteboardingu pohybují?
4. Co děláš pro to, aby ses mohl co nejvíce věnovat tomuto sportu?
5. Je důležitá fyzická a psychická příprava před prováděním kiteboardingu?
6. V čem se změnil daný sport za dobu, co se mu věnuješ a jak si se změnil ty?
7. Jak to vidíš s budoucností tohoto sportu?
8. Jak vnímáš rizika u kiteboardingu a jak bys je porovnal s windsurfingem?
9. Co bys poradil lidem, kteří se tomuto sportu začínají věnovat, aby u kiteboardingu co nejdéle zůstali?

Příloha č. 5. Otázky ke skupinovému rozhovoru

1. Jaké bylo vaše první setkání s kitem?
2. Kdo nebo co vás motivovalo k tomu, že jste se kitu začali více věnovat?
3. Jak probíhaly vaše začátky (výuka) s kitem?
4. Co pro vás znamená kite ve vašem životě?
5. Vybaví se vám nějaká veselá historka v souvislosti s kitem?
6. Přihodil se vám nějaký úraz, na základě kterého jste chtěli s kitem skončit?
7. Hrají při sportu (od vašeho sbalení kitu a zavazadel až po jízdu na vodě) důležitou roli vaši přátelé?
8. Existují nějaká omezení (např. finanční), která by provozování kitu ztěžovala?
9. Dokázali byste se kitu vzdát ve prospěch jiné aktivity, která by byla např. zdravější pro vaše tělo?
10. Jaké jsou zdravotní důsledky několikaletého kitování?
11. Jak vidíte vaši kitovou budoucnost?

Příloha č. 6. Vzor informovaného souhlasu

Svým podpisem stvrzuji, že souhlasím s použitím dat z křivky (čáry) života a focus group pro potřeby vědeckého výzkumu. Výzkumnice se zavazuje, že získaná data nebudou poskytovány jiným osobám mimo rámec výuky předmětu PARE (Pedagogicko-psychologické aspekty pohybové rekreace) a výzkumu a budou použity pouze k výzkumným účelům v souladu s obvyklými etickými zásadami vědeckého výzkumu.

V Olomouci dne

Podpis účastníka (účastnice) výzkumu:

Podpis výzkumnice:

Příloha č. 7. Audionahrávky na CD