



Univerza v Mariboru

---

Fakulteta za varnostne vede

DIPLOMSKO DELO UNIVERZITETNEGA ŠTUDIJA

**Nasilje trenerjev v klubih borilnih veščin**

Julij, 2016

Avtor: Aleksander Valant

Mentor:izr. Prof. dr. Branko Lobnikar

## Zahvala

Rad bi se zahvalil mentorju izr. Prof. dr. Branku Lobnikarju za ves trud, pomoč, svetovanje, vodenje in usmerjanje pri izdelavi diplomskega dela.

Poleg tega bi se rad zahvalil še vsem družinskim članom za potrpežljivost in vzpodbude, ki sem jih bil deležen tekom študija.

Posebna zahvala pa gre vsem anonimnim sodelujočim in njihovim klubom, brez vas mi ne bi uspelo.

## Vsebina

Zahvala .....	2
Kazalo slik .....	4
Povzetek.....	8
Summary: Coach violence in martial arts.....	9
1 Uvod .....	10
2 Opredelitev nasilja .....	11
3 Oblike nasilja .....	13
3.1. Fizično nasilje .....	13
3.2 Psihično nasilje.....	14
3.3 Spolno nasilje.....	14
3.4 Ekonomsko nasilje .....	15
4 Nasilje v športu.....	15
4.1 Teoretične razlage nasilja v športu .....	16
4.2 Najpogostejše oblike nasilja v športu.....	17
5 Opis uporabljene metode, instrumentarija in vzorca.....	17
5.1 Cilji in namen diplomske naloge.....	17
5.2 Hipoteze.....	18
5.3 Metode raziskovanja in zbiranje podatkov .....	18
5.4 Omejitve raziskave .....	18
5.5 Potek raziskave in opis vzorca .....	19
5.5.1 Demografski podatki.....	19
6. Analiza in interpretacija rezultatov raziskave.....	20
6.1 Karakterne značilnosti trenerja .....	20
6.2 Obnašanje trenerjev v primeru tekmovalčevih porazov .....	27
6.3 Kako na športnike vpliva trenerjevo vedenje.....	30

6.4 Strinjanje ali ne strinjanje s trditvami o borilnih veščinah.....	32
6.5 Pogostost pojava neželenih situacij pri treningu borilnih veščin .....	34
6.6 Pogostost športnikovega doživljanja verbalnega ali fizičnega nasilja s strani trenerjev, sotekmovalcev, staršev, sponzorjev in gledalcev.....	46
6.7 Povzetek glavnih ugotovitev raziskave .....	48
6.8 Testiranje hipotez .....	49
7 Razprava .....	50
8 Uporabljeni viri.....	53
9 Priloge .....	55

## Kazalo slik

Slika 1: Dopušča mi samostojne odločitve.....	20
Slika 2: Uporablja dvosmerno komunikacijo .....	21
Slika 3: Ali je trener lahko dostopen .....	21
Slika 4: Ali trener daje povratne informacije .....	21
Slika 5: Trener ne dopušča razpravljanja.....	22
Slika 6: Trener se posvetuje o pomembnejših odločitvah s tekmovalci.....	22
Slika 7: S trenerjem je lahko komunicirati .....	22
Slika 8: Trener me pri treningih dobro usmerja .....	23
Slika 9: Trener sam odloča in planira aktivnosti, ki so povezane z športniki.....	23
Slika 10: Trener sprejema in spoštuje mnenje ali odločitve športnika.....	23
Slika 11: Trener je naklonjen k strogemu treningu, ki je usmerjen k realizaciji ciljev .....	24
Slika 12: Ali trener pušča tekmovalcem proste roke .....	24
Slika 13: Trener pogosto ukazuje in prepoveduje .....	24

Slika 14: Trener rad daje nasvete, ko se športnik obrne nanj .....	25
Slika 15: Ali trener zahteva brezpogojno ubogljivost .....	25
Slika 16: Trener kritizira športnike .....	25
Slika 17: Trener motivira športnike pred treningom ali tekmo .....	26
Slika 18: Trener spodbuja športnike .....	26
Slika 19: Trener športnike žali ali ponižuje .....	26
Slika 20: Trenerju je vseeno za športnika .....	26
Slika 21: Dobri odnosi s trenerjem.....	27
Slika 22: Trener je pogosto nesramen do športnika.....	27
Slika 23: Trener je pogosto nesramen do drugih tekmovalcev .....	27
Slika 24: Trener se jezi name in mi v jezi našteje napake .....	28
Slika 25: Trener se jezi name in mi ne pove napak .....	28
Slika 26: Trener me krivi za poraz .....	28
Slika 27: Trener mi kritično pove moje napake in tudi dobre stvari.....	29
Slika 28: Trenerju je vseeno za moj poraz .....	29
Slika 29: Trener me tolaži, da bo drugič bolje.....	29
Slika 30: Trener je žaljiv do mene.....	30
Slika 31: Trenerjeve žalitve me motivirajo, sprejemem jih kot izziv za boljši nastop .	30
Slika 32: V primeru žalitev se ne obremenjujem z trenerjevim vedenjem .....	30
Slika 33: Trenerjeve žalitve me razjezijo .....	31
Slika 34: Ob trenerjevih žalitvah občutim krivdo, ponižanje .....	31
Slika 35: Za trenerjeve žalitve mi je vseeno .....	31
Slika 36: Trenerjeve žaljivke me vržejo iz tira .....	31
Slika 37: Zaradi trenerjevih žaljivk bi se najraje odpovedal tekmovanju .....	32
Slika 38: Na tekme hodijo le najbolj pripravljeni in najboljši .....	32
Slika 39: Če trener kriči name, me s tem še bolj spodbuja in še boljše treniram .....	33
Slika 40: Kričanje je povsem običajno za naš šport .....	33
Slika 41: Zmaga je edino kar velja .....	33

Slika 42: Da se izognem negativnim sankcijam sem pripravljen trenirati kljub bolečini .....	34
Slika 43: Bolečine in poškodbe ter tveganja zanje so del športa in tekmovalci morajo to sprejeti .....	34
Slika 44: Ženske morajo biti trenirane na enak način kot moški .....	34
Slika 45: Čustveno izsiljevanje .....	35
Slika 46: Govorjenje tekmovalcu, da je ničvreden.....	35
Slika 47: Grožnja s pretepanjem (palico ali drugim predmetom) .....	36
Slika 48: Ignoriranje tekmovalca.....	36
Slika 49: Izbruhi jeze .....	36
Slika 50: Kretnje s seksualno vsebino .....	37
Slika 51: Valjenje krivde na tekmovalca.....	37
Slika 52: Metanje predmetov v tekmovalca .....	37
Slika 53: Nadzor nad življenjem tekmovalca zunaj telovadnice .....	38
Slika 54: Neetično in nešportno obnašanje .....	38
Slika 55: Neprimerni komentarji .....	39
Slika 56: Slačenje odraslih pred otrokom.....	39
Slika 57: Odrekanje hrane in hujšanje .....	39
Slika 58: Fizično nasilje .....	40
Slika 59: Opolzki komentarji.....	40
Slika 60: Otipavanje .....	40
Slika 61: Poniževanje na podlagi spola ali telesnega izgleda .....	41
Slika 62: Povzročanje strahu .....	41
Slika 63: Preklinjanje.....	41
Slika 64: Pripombe o telesu tekmovalca .....	42
Slika 65: Siljenje in nagovarjanje v spolne aktivnosti .....	42
Slika 66: Vizualno spolno nadlegovanje .....	42
Slika 67: Neprimerno stiskanje, dotikanje in poljubljanje .....	43

Slika 68: Nezaželene šale na račun seksa in spolnosti .....	43
Slika 69: Telesna poškodba zaradi prenapornih treningov ali pretreniranosti.....	43
Slika 70: Treniranje ali tekmovanje kljub bolečini, poškodbi ali izčrpanosti .....	44
Slika 71: Uporaba dodatnih vaj kot oblika kazni.....	44
Slika 72: Uporaba palice ali drugega predmeta kot grožnje za povzročanje bolečine	44
Slika 73: Ustvarjanje slabih ali neprimernih mnenj o tekmovalcu na podlagi stereotipov .....	45
Slika 74: Verbalno nasilje, kričanje .....	45
Slika 75: Zahteva po uporabi nedovoljenih poživil .....	45
Slika 76: Žaljenje in norčevanje .....	46
Slika 77: Pogostost verbalnega nasilja nad tekmovalci iz različnih smeri.....	47
Slika 78: Pogostost fizičnega nasilja nad športniki iz različnih smeri.....	47

## Povzetek

Šport je pomemben sociološki pojav v katerem se včasih nasilje in neprimerno obnašanje lahko smatrata kot efektivna načina za doseganje zmage oziroma dobrih rezultatov. V kontekstu nasilja v športu lahko omenimo štiri osnovne tipe nasilja v športu: brutalni fizični kontakt, mejni izbruhi nasilja, pol-kriminalno nasilje in kriminalno nasilje. Kriminalna in pol-kriminalna vedenja so obsojana, ostale oblike nasilja pa so postale del pravil igre, regulirane ali pa vzpodbujane (Sekot, 2009).

Borilne veščine, kot šport ali kot način življenja, vnašajo v naš vsakdan nasilje ali pa vsaj nekaj podobnega nasilju, saj je nasilje končni destilat katerekoli borilne veščine. Sicer so borilne veščine globoko spiritualne in razsvetljene izkušnje, ki pa večinoma temeljijo na ekstremno arhaičnih pristopih in mentaliteti. Borilne veščine nekoga, ki jih prakticira nadgrajujejo v vseh aspektih življenja, blagodejno vplivajo na telo in um, se ukvarjajo z globljimi vprašanji kot pa je »kako nasprotnika najlažje onesposobiti?«. Vendar pa kljub vsemu dobremu obstajajo tudi temačne plati borilnih veščin. Že v osnovi so borilne veščine nevarna praksa, saj nas učijo kako nekemu prizadejati škodo, kar pa ne učijo na boksarskih vrečah ampak najprej na sočloveku. Vendar pa smo to kot družba sprejeli kot nekaj normalnega, nekaj kar radi opazujemo iz športnega vidika (olimpijske discipline, ogromna tekmovanja MMA-ja, ipd.) ne glede na to ali smo jih kdaj trenirali ali ne. Ko pa pogledamo še dlje od dovoljenih in pričakovanih poškodb pri borilnih veščinah na druge oblike nasilja, kot je psihično, spolno in nenazadnje tudi fizično (vendar v večinoma hujši obliki kot drugje) pa ugotovimo, da je kljub vgrajeni moralnosti in etiki borilnih veščin prisotno tudi kar nekaj grobih kršitev le-teh.

Žrtve »dodatnega« nasilja v borilnih veščinah so večinoma tiho in ne prijavljajo incidentov, nekatere ker jih je strah, druge ker jim tega ne dovoljuje ponos, tretje pa incidente povzamejo kot sestavni del učenja borilne veščine.

V diplomski nalogi smo se odločili prikazati različne oblike nasilja, ki se pojavljajo s strani trenerjev v borilnih veščinah, za kar smo potrebovali podrobno statistično analizo vzorca tistih, ki trenirajo borilne veščine in seveda nekaj teoretičnega gradiva za opise nasilja. V diplomskem delu se teoretični del nahaja pred analitičnim.

**Ključne besede:** Nasilje, borilne veščine, trener, kriminalna vedenja, fizično nasilje



## Summary: Coach violence in martial arts

Sport, is an important socio-cultural phenomenon. Sometimes violence and bad behaviour in sports can be understood as an effective way of bringing about victory. Thus, the medialized top-level sports that are attractive to spectators are seen as a possible outlet for human aggression: today's medialized sports provide an experience of suspense rather than relaxation. In this context, four basic types of violence within the field of sports should be mentioned: brutal physical contact, borderline violence, semi-criminal violence and criminal violence. Strength-requiring highperformance sports sometimes use harsh physical contact in various manifestations of violence, brutality or intimidation as a part of the game strategy. Criminal or semi-criminal behaviour is condemned, while brutal physical contact on the verge of violence has become part of the rules of the game (Sekot, 2009).

Martial arts as a sport or as a way of life bring violence or something akin to violence to our daily lives. Although martial arts are a deeply spiritual and enlightened experiences, they still remain deeply rooted in the archaic mentality of their founders. Martial arts are a way of progress for the trainee in every aspect of their lives as they soothe the mind and strengthen the body. But where is good there is also bad. In essence martial arts are a dangerous practice as they teach us to inflict harm to our opponents and they don't teach that on a boxing bag but on a live human being. But we as a society have accepted that as something normal, as something we like to watch as a spectator sport (olympic sports, big MMA competitions, etc.) no matter our past experience or inexperience in martial arts. And as we move further away from allowed and expected injuries and violence in martial arts we see that there is a presence of psychological, sexual and physical (more profound and serious) violence in this system of warrior codes and values that is supposed to be moral and ethical.

The victims of this »added« violence in martial arts are usually quiet and don't report these violent incidents to the proper authorities. Some because they are afraid, some think this is beneath them and that it will be honourless and some even take these incidents as part of their training.

In this paper we have decided to portray these different kinds of violence that appear in martial arts from the sides of the coaches, for which we have questioned a big sample of people who train martial arts. This bachelor thesis will present the theory first and our analytical findings last.

**Key words:** violence, martial arts, coach, criminal behaviour, physical violence

# 1 Uvod

Šport je pomemben sociološki pojav v katerem se včasih nasilje in neprimerno obnašanje lahko smatrata kot efektivna načina za doseganje zmage oziroma dobrih rezultatov. V kontekstu nasilja v športu lahko omenimo štiri osnovne tipe nasilja v športu: brutalni fizični kontakt, mejni izbruhi nasilja, pol-kriminalno nasilje in kriminalno nasilje. Kriminalna in pol-kriminalna vedenja so obsojana, ostale oblike nasilja pa so postale del pravil igre, regulirane ali pa vzpodbujane (Sekot, 2009).

Borilne veščine naj bi privlačile nasilne in agresivne posameznike, kako pa vpliva trening in trener sam na nadaljnji razvoj posameznika, pa je megleno območje (Addler, 2003).

Sam postopek treninga borilnih veščin vsebuje uporabo nasilja, vendar pa v želji po boljših rezultatih in po ustvarjanju »perfect warrior-jev« to nasilje pogosto preraste zdravo-razumske meje, za kar so večinoma odgovorni trenerji v začetnih in nadaljevalnih fazah treninga, še posebno pri vrhunskih učencih, od katerih se pričakuje več in dela vse (dobro ali slabo), da bi več tudi dosegli (Spencer, 2012).

Treningi borilnih veščin se začenjajo tudi pri starosti nižji od treh let, kar pomeni, da imajo ti treningi pomemben vpliv na psihološki in socialni razvoj otroka, adolescenta in končno odraslega človeka. Zaradi nasilnih vplivov in nasilnega vedenja na treningih se konstantno pojavlja vprašanje kako to nasilje, ki so ga učenci deležni z vseh strani v klubih, vpliva na njihovo agresivnost, nasilnost in na splošno deviantnost v njihovem življenju. Obstaja tudi dvom o moralnosti in primernosti izpostavljanja otrok in adolescentov pritiskom, vplivom in vedenjskim vzorcem, ki prihajajo od trenerja ekstremnih športov kot so borilne veščine (Vertonghen in Theeboom, 2010).

V diplomski nalogi bomo s pomočjo literature v slovenskem in tujem jeziku opredelili in predstavili različne oblike nasilja, ki se pojavljajo ob treningu borilnih veščin s strani trenerjev, čeprav je definicij nasilja veliko in se razlikujejo od avtorja do avtorja. Po teoretičnem delu v diplomski nalogi sledi empirični del, kjer se bomo osredotočili na analizo rezultatov pridobljenih z anketiranjem vzorca ljudi, ki trenirajo borilne veščine v različnih klubih. Anketa oz. raziskava je osredotočena na nasilje s strani trenerjev in ne med treniranci samimi.

## 2 Opredelitev nasilja

WHO (svetovna zdravstvena organizacija) opredeljuje nasilje kot »namerno uporabo fizične sile ali moči, pri čemer gre za grožnjo nasilja ali pa dejansko nasilje. Nasilje je lahko usmerjeno proti samemu sebi, proti nekomu drugemu, proti skupini ali pa proti skupnosti in povzroča poškodbe, smrti, psihično škodo, težave v razvoju in deprivacijo« (WHO, 2015).

Nasilje je pomemben segment v našem življenju in njegova pojava bistveno vpliva na življenje posameznika (Remic, 2007).

Svetovno poročilo o nasilju in zdravju opredeljuje nasilje kot odnos med žrtvijo in nasilnežem. Oblike odnosov te vrste so: nase usmerjeno nasilje, kjer sta žrtev in nasilnež ena in ista oseba (samopoškodbe, samomori); medosebno nasilje, ki ga deli na družinsko nasilje, nasilje med partnerjema ali pa nasilje v skupnosti (zloraba starejše osebe ipd.) in nasilje v skupnosti v katerega uvrščamo družbeno, gospodarsko in politično nasilje (WHO, 2015).

Nasilje vsak posameznik dojema drugače, zato vsak posameznik definira nasilje drugače. Za nekoga je nasilje neželen dotik, za nekatere pa šele močan udarec. Vsa agresija je povod za nastanek nasilnega vedenja tako v domu, v javnosti, kot tudi v zaporu. Najprej moramo razumeti kaj je to agresija in kateri so vzroki, da prihaja do nje (Žist, 2008).

Nikjer nismo varni pred nasiljem, niti v lastnem domu. Nasilje srečujemo na skoraj vsakem koraku in je del našega življenja (Remic, 2007).

Proti nasilju se bojujejo razne organizacije ter posamezniki in pričakovati je, da se bo stopnja nasilja zmanjševala. Raziskave kažejo, da se stopnja nasilja ne zmanjšuje, temveč ga je vedno več in v vse hujših oblikah, in ljudje ki se bojujejo proti nasilju in nestrpnosti postajajo vse bolj nemočni (Remic, 2007).

Nasilje je način, s katerim si povzročitelj/ica skuša v odnosu zagotoviti moč in nadzor nad žrtvijo in uresničiti svoje interese. Nasilje vedno izhaja iz neravnovesja moči med dvema osebama oziroma skupinama ljudi. Povzročitelj/ica s psihičnim, spolnim, fizičnim, ekonomskim in drugimi oblikami nasilja posega v osebno integriteto žrtve in omejuje njen človeški potencial. Nasilje razumemo kot zlorabo moči, ki jo oseba z več moči povzroča nad osebo z manj moči. Nasilje je namerno, nadzorovano, razumno ter premišljeno dejanje, ki se po navadi ponavlja. O zlorabi moči govorimo, ko ima ena skupina oziroma oseba že v

osnovi več moči nad drugo skupino oziroma osebo zaradi družbenega položaja, starosti, nacionalnosti, fizičnih ali umskih lastnosti in to moč izkorišča v škodo druge osebe. Vsaka zloraba, ne pa tudi uporaba, moči je nasilje. Nasilja ne moremo enačiti s konfliktom. Do konflikta pride, ko imata dve osebi različni, nasprotujoči ali izključujoči se želji. Cilj reševanja konflikta je priti do dogovora, ki je uresničljiv in sprejemljiv za obe osebi, pri čemer mora med osebama obstajati ravnovesje moči. Dobro razrešeni konflikti odnos utrdijo in osvežijo. Po drugi strani pa se z nasiljem zrušijo meje drugega. Povzročitelj vsili potrditev svoje dominacije in podrejenost žrtve. Nasilje ni nikomur neznano in tuje. Vsi smo ga že kdaj doživeli in vsi smo ga že kdaj povzročili. Za vsako svoje vedenje in tudi za nasilje, ki ga povzročimo, smo odgovorni sami. Nevarno je, če nasilja ne prepoznamo, če ga opravičujemo, minimaliziramo, predvsem pa je nevarno, če se ne odločimo, da bomo spremenili svoje nasilno vedenje. Če nadaljujemo z uporabo nasilja, lahko pričakujemo, da bo se bo nasilje stopnjevalo in dobivalo nove razsežnosti. Dlje časa trajajoče nasilje nosi posledice za vse udeležene: za žrtev, opazovalke, opazovalce ter povzročitelja ali povzročiteljico. Povzročitelju/ici daje uporaba nasilja lažen občutek pomembnosti in sprejetosti v odnosu, ker žrtev in pogosto tudi opazovalke/ci ravnajo v skladu z njegovimi/njenimi zahtevami. Če povzročitelju uspe z nasiljem dobiti, kar želi, mu to uspe, ker se ga drugi bojijo. Nikakor pa od okolice ne more pričakovati spoštovanja, iskrenosti, zaupanja, prijateljstva, kar si pogosto napačno domišlja. Ko žrtev zbere moč in povzročitelju/ici postavi meje, ko ji uspe ustaviti nasilje, se mora povzročitelj/ica soočiti z občutki krivde, obtožbami, velikimi spremembami v svojem življenju, primanjkljajem pri reševanju konfliktov, komuniciranju in uresničevanju interesov, sankcijami in pogosto tudi z občutkom osamljenosti in nevrednosti. Žrtev nasilja je oseba, ki jo druga oseba nadzoruje, kaznuje, izolira, zastrašuje. To lahko počne pod krinko ljubezni («ker ti hočem dobro») ali iz prepričanja, da ima to pravico, ker je oseba manj vredna ali sploh ničvredna. Povzročitelj/ica s svojim vedenjem osebi sporoča, da je manj vredna kot on/a. Ena od posledic nasilja je, da žrtev začne verjeti tem sporočilom. Povzročitelj/ica z nasiljem ruši osebne meje posameznika ali posameznice. Človek, ki ima porušene meje, oblikuje svoj življenjski prostor tako, da bi preprečil ali zmanjšal nasilje. Govorimo o krčenju življenjskega prostora, ko žrtev živi svoje življenje bistveno bolj omejeno, kot bi živela, če ne bi bila v strahu pred nadaljnjim nasiljem. Nasilje v marsičem spremeni človekovo zaznavanje sebe, drugih in sveta. Večino nasilja se dogaja na besedni ravni in izhaja iz naših predsodkov in stereotipnih prepričanj, zaradi katerih se do ljudi, na katere navezujemo predsodke in stereotipe, vedemo drugače, kot do drugih. V takih primerih smo do lastnega nasilja

tudi manj kritični, saj s svojimi stereotipnimi prepričanji opravičujemo in predvsem racionaliziramo diskriminiranje, poniževanje in drugo krivično ravnanje. Pri preprečevanju nasilja moramo biti pozorni na celoten odnos med povzročiteljem/ico in žrtvijo. Problematični niso le enkratni dogodki, ko povzročitelj/ica uporabi fizično nasilje nad žrtvijo, ampak celoten sistem vedenja in komunikacije, ki ga uporablja povzročitelj/ica do žrtve in prepričanja povzročitelja/ice, s katerimi opravičuje uporabo nasilja (Društvo za nenasilno komunikacijo (DNK), n. d.).

### **3 Oblike nasilja**

Nasilje vsak posameznik dojema drugače, zato vsak posameznik definira nasilje drugače. Za nekoga je nasilje neželen dotik, za nekatere pa šele močan udarec. Vsa agresija je povod za nastanek nasilnega vedenja tako v domu, v javnosti, kot tudi v zaporu. Najprej moramo razumeti kaj je to agresija in kateri so vzroki, da prihaja do nje (Žist, 2008).

Nasilje je razdeljeno v več oblik: psihično nasilje, telesno oziroma fizično nasilje, ekonomsko nasilje in spolno nasilje. Vse te oblike imajo negativne posledice, ko so blage ali zelo hude, tudi smrtne (Marasović, 2007).

Vse oblike nasilja pa niso prisotne samo med tujci, temveč se dogajajo tudi med znanci, med partnerji in kar je najhujše, nasilje se dogaja v družini, ki naj bi veljala za varno zavetje vsakega človeka (Balažic, 2007).

#### ***3.1. Fizično nasilje***

Začenjamo z najbolj pogostim nasiljem povezanim z našim raziskovanjem, fizičnim nasiljem, ki ga različni viri definirajo takole:

Fizično nasilje je vsaka uporaba fizične sile, ki pri družinskem članu povzroči bolečino, strah ali ponižanje, ne glede na to, ali so nastale poškodbe (Zakon o preprečevanju nasilja v družini (ZPND), Uradni list RS, št. 16/08).

Fizično nasilje je zloraba fizične sile ali grožnja z uporabo fizične sile. Usmerjeno je na človekovo telo ali njegovo življenje. Fizično nasilje je izrazitejša stopnja nasilja v procesu, ki se začne s psihičnim nasiljem. Nekatera dejanja fizičnega nasilja so klofutanje, brcanje, ožiganje kože, udarci z roko ali predmeti, metanje predmetov proti osebi ali v osebo, odrivanje, dotikanje, če človek tega ne želi, zvijanje rok, polivanje s tekočino, neželena striženje las, omejevanje gibanja, odrekanje ali siljenje s hrano, umor, napadi z orožjem ipd. (Društvo za nenasilno komunikacijo (DNK), n. d.).

### *3.2 Psihično nasilje*

Psihično nasilje so dejanja, ki najpogosteje potekajo na verbalni ravni in negativno vplivajo na samozavest, samopodobo in samozaupanje druge osebe. Sem sodi grobo kritiziranje človekove osebnosti, žaljenje, zmerjanje, poniževanje, ustrahovanje in grožnje z besedami, kričanjem, telesno držo, ustvarjanje negativnih mnenj o osebi na podlagi predsodkov in stereotipov, ignoriranje, molčanje, da bi dosegli svoj cilj, širjenje negativnih govoric o osebi, da bi zmanjšali njen ugled v družbi, izoliranje osebe od ljudi, s katerimi bi želela ohraniti stik ipd. (Društvo za nenasilno komunikacijo (DNK), n. d.).

Zalezovanje kot ena izmed oblik psihičnega nasilja spada v krog hudih oblik, saj je žrtev nenehno v strahu pred svojim zalezovalcem. Ta oblika se pojavlja med bivšimi partnerji, nekoliko pa tudi med slavnimi kjer jih zalezujejo osebe, ki jim želijo škodovati. Ta oblika psihičnega nasilja lahko vodi tudi do smrti žrtve. V Sloveniji ta oblika nasilja ni opredeljena kot samostojno kaznivo dejanje, spada pa pod kaznivo dejanje nasilja v družini (Mušič, 2010).

### *3.3 Spolno nasilje*

Spolno nasilje so vsa spolna dejanja povezana s spolnostjo, ki jih oseba čuti kot prisilo. O spolnem odnosu govorimo, kadar si osebe želijo spolnosti oziroma aktivnosti povezane s spolnostjo in se zanje odločijo brez fizične, psihične, ekonomske ali druge prisile. V nasprotnem primeru govorimo o nasilju. Spolno nasilje so naslednja dejanja: slačenje, opazovanje, komentiranje in nagovarjanje, ki pri osebi povzroči nelagodje, poljubljanje, otipavanje, siljenje h gledanju pornografskih vsebin, siljenje k masturbiranju, v oralni, analni ali vaginalni spolni odnos, vtikanje predmetov v anus ali nožnico, poniževanje človeka glede njegove spolnosti in podobna dejanja. Spolno nasilje so torej vsa dejanja, povezana s spolnostjo, v katere druga oseba ne pristane oziroma pristane pod prisilo (DNK, n.d.)

Besedni zvezi spolno nasilje oziroma spolni napad označujeta dejanja, s katerimi je prizadeta spolna nedotakljivost osebe. Glede na kazensko zakonodajo ločimo različna kazniva dejanja zoper spolno nedotakljivost: posilstvo, spolno nasilje, spolna zloraba slabotne osebe, spolni napad na osebo mlajšo od 15 let, kršitev spolne nedotakljivosti z zlorabo položaja, prikazovanje, izdelava, posest in posredovanje pornografskega gradiva. Navedena kazniva dejanja se razlikujejo po načinu storitve, posledicah in odnosu med žrtvijo in storilcem, imajo pa nekaj skupnih imenovalcev. Skupne značilnosti teh dejanj: storilec pri dejanju uporablja silo, grožnjo ali na drug način

zlorabi svoj položaj oziroma odnos do žrtve; storilčev namen je poleg drugih motivov v različnih oblikah zadovoljiti svoje spolne potrebe; pristanek žrtve, ki je posledica povzročene ogroženosti ali zlorabe odnosa z žrtvijo, ne izključuje kazenske odgovornosti storilca (Policija, 2005).

Spolno nasilje predstavlja za žrtev hudo obliko nasilja, saj je žrtev ranljiva in posledice, ki jih pušča, pustijo dolgotrajni pečat na žrtvi. Žrtev doživlja strah pred storilcem, kar pojasnjuje število prijavljenih kaznivih dejanj te vrste (Vanček, 2002).

### ***3.4 Ekonomsko nasilje***

Ekonomsko nasilje so vse oblike nadvladovanja oziroma poniževanja žrtve s pomočjo sredstev za preživetje ali odrekanja pravic, povezanih z zaslužkom. Na primer omejevanje pravice do zaposlitve, preprečevanje žrtvi, da razpolaga s svojim ali skupnim denarjem, siljenje druge osebe v finančno odvisnost, zahteva po pokorščini, ker so žrtvina finančna sredstva nižja in podobno. Ekonomsko nasilje je tudi, ko je žrtev nasilja prisiljena, da sama prevzame celotno finančno breme za povzročitelja nasilja (DNK, n. d.).

Ekonomsko nasilje je oblika nasilja, kjer ima eden izmed partnerjev kontrolo nad dostopom drugega partnerja do ekonomskih sredstev, kar onemogoča žrtvi, da bi bila samozadostna v ekonomskem smislu in jo prisili, da je finančno odvisna od storilca. Oblike ekonomskega nasilja so: ilegalna oziroma nedovoljena uporaba tuje lastnine, denarja, čekov ali drugih vrednostnih predmetov (vključno z spreminjanjem oporoke v prid storilca), velikokrat tudi lažna pridobitev skrbništva nad nekom, ki je opravilno nesposoben, ki ji sledi odtegnitev denarja ali druge lastnine, včasih privede tudi do prisilne izselitve žrtve iz lastnega doma. Med ekonomsko nasilje spada tudi preprečevanje ekonomske rasti žrtve v prihodnosti v smislu prepovedi ali preprečitve šolanja ali pa zasedanja novega delovnega mesta (Adams, Sullivan, Bybee, Greeson; 2008).

## **4 Nasilje v športu**

Nasilje v športu je definirano kot obnašanje ali vedenje ki povzroča škodo zunaj pravil športa in je nepovezano z tekmovalnimi cilji športa (Terry in Jackson, 1985).

Če nekoga udariš v glavo in ga tako spraviš v nezavest ti po navadi grozi zaporna kazen. Ampak, če točno tak udarec zadaš v boksarskem ringu si heroj. Kot je zapisal nek angleški sodnik leta 1993; boks je izvzet iz navadnih zakonskih okvirov za nasilje, ker ga mi kot družba toleriramo. Boks je ekstremen primer, tekmovalci si zadajajo

namerne težke udarce, vendar pa so tudi drugi kontaktni športi in športi z potencialno nevarnimi pripomočki enako nevarni za poškodbe in morda tudi smrt. Baza zakaj je nasilje v športu dovoljeno in tolerirano je privolitev. Tako kot privolite v operacijo pri zdravniku, ki vas v osnovi nasilno poškoduje, tako športniki privoljujejo v nasilje povezano z njihovim športom, ki pa je večinoma striktno regulirano z pravili igre, vendar pa še vedno v večini primerov del igre same (npr. nevarno spodbijanje pri nogometu, ki se kaznuje strogo, vendar pa se dogaja dokaj redno). Sodišča večinoma ne obravnavajo primerov nasilja v športu, ki so direktno povezana ali pa se zgodijo med igro, razen ko to preseže določene meje in ima hujše posledice za vse udeležence. Ustvarja se trend, kjer športniki ali njihovi svojci lahko tožijo organizatorje za raznorazne nepredvidljive posledice nasilja v športu, kot so hude možganske okvare pri igralcih ameriškega nogometa (The Economist, 2015).

Poznamo dve obliki agresije v športu: Instrumentalna agresija, ki je ne emocionalna in orientirana za doseganje ciljev, in reaktivna agresija, ki ima emocionalno noto in ima za svoj cilj prizadevanje škode. Nasilje je rezultat reaktivne agresije (Leonard, 1988).

Povečanje frekvence in teže nasilnih dejanj v športu je dobro dokumentirano. Nasilje je najpogostejše v ekipnih kontaktnih športih, kot so hokej, nogomet in ragbi. Večina nasilja v športu izhaja iz igralcev samih, drugi, kot so trenerji, starši, oboževalci, gledalci in mediji, pa tudi doprinesejo veliko k pojavu, ki je bil opisan kot epidemija nasilja v športu danes (Leonard, 1988).

#### *4.1 Teoretične razlage nasilja v športu*

Obstajajo tri večje teorije, ki poskušajo razložiti nasilje v športu. Biološka teorija, predlagana s strani Nobelovega nagrajenca Konrada Lorenza, ki vidi agresijo kot neko osnovno, prirojeno človeško lastnost. V temu kontekstu je šport viden kot sprejemljiv način sproščanja nakopičene agresije. Sledi ji psihološka teorija, ki trdi, da je agresija povzročena s strani frustracij in je situacijska. V športu se lahko frustracije pojavijo ob raznih dvomljivih odločitvah sodnikov, napakah ali pa nezmožnosti igranja določene strategije, poškodbah, ki ovirajo optimalno delovanje športnika in ob žaljenju s strani trenerjev, soigralcev ali pa gledalcev. Sociološka teorija učenja je dobila največ empiričnih potrditev in pravi, da je agresivno ravnanje naučeno z modelnim učenjem in vzpodbujeno z nagradami ali kaznimi. Mladi športniki vzamejo svoje športne idole za vzor in posnemajo njihovo obnašanje. Starši, trenerji in soigralci pa so tudi vzor, ki lahko vzpodbuja agresivno vedenje v športu (Leonard, 1988).



## **4.2 Najpogostejše oblike nasilja v športu**

V športu poleg vseh ostalih oblik nasilja najpogosteje vidimo naslednje:

- psihološka degradacija ali poniževanje, ki temelji na spolu, telesni konstrukciji ali uspehu
- nepotreben pritisk na športnika, da naj doseže dobre rezultate
- spolna diskriminacija za potrebe izbire v ekipo ali za pridobivanje privilegijev
- fizične poškodbe in spolno ponižanje kot del ritualov iniciacije
- prehrambni plani in plani za izgubo teže, ki vodijo v motnje hranjenja kot je anoreksija ali pa v druge zdravstvene probleme
- fizično nasilje oziroma fizično kaznovanje kot vzpodbuda za doseganje boljših rezultatov
- doping ali jemanje prepovedanih poživil za doseganje boljših ciljev
- pritisk vrstnikov k uporabi alkohola ali drugih adiktivnih substanc
- zahteva po tekmovanju športnika kljub njegovim poškodbam
- uporaba fizičnih vaj kot kazni
- preprečevanje in odtegnitev zadostnega počitka in nege

Vse to in še več so oblike nasilja, ki jih opažamo že pri mladih športnikih, ki pa se samo še povečajo v frekvenci in teži nasilja po prestopu iz rekreativnih v profesionalne športne vode ali pa iz nepolnoletnih v polnoletne kategorije tekmovanja. Za največ nasilja nad športniki so največkrat krivi starši in njihovi trenerji (UNICEF, 2010).

## **5 Opis uporabljene metode, instrumentarija in vzorca**

Glavni del našega diplomskega dela predstavlja raziskava, ki smo jo opravili v različnih klubih klasičnih borilnih veščin (ki zaradi varnostnih razlogov želijo ostati anonimni tako kot sodelujoči v anketi). V raziskavi so lahko sodelovali vsi, ki trenirajo borilne veščine v teh klubih, ne glede na starost (mladoletni z privolitvijo staršev), spol ali izkušnje z borilnimi veščinami.

### **5.1 Cilji in namen diplomske naloge**

Namen diplomske naloge je bil raziskati dokaj megleno območje nasilja trenerjev (ki naj bi po literaturi največkrat izvajali nasilje nad športniki), ugotoviti njegove razsežnosti in težo izvajanega nasilja, ugotoviti oblike izvajanega nasilja in z raziskavo čimbolj jasno predstaviti pridobljene podatke.

Z raziskavo smo ugotavljali negativne in pozitivne lastnosti trenerjev ter njihovo pogostost. Ugotavljali smo tudi trenerjevo vedenje v negativnih situacijah (npr. poraz) in njegov vpliv na športnika ter pogostost osebnega doživljanja negativnih situacij. Poleg vsega tega pa smo za boljšo predstavo o celotnem nasilju nad športniki, ki se ukvarjajo z borilnimi veščinami, ugotavljali tudi pogostost določenih negativnih situacij s strani vseh, ki obdajajo te športnike. S pomočjo našega vprašalnika pa smo poleg klasičnih demografskih podatkov pridobili tudi podatke o dolžini in pogostosti treningov, letih aktivnega treniranja borilnih veščin in pa o starosti ko so začeli prvič trenirati borilne veščine.

## ***5.2 Hipoteze***

Na podlagi literature in prvoosebni opazanj smo si postavili tri hipoteze:

**Hipoteza 1:** Nasilje je postalo sestavni del treninga borilnih veščin v Sloveniji.

**Hipoteza 2:** Nasilje trenerjev se dogaja pogosto v klubih borilnih veščin.

**Hipoteza 3:** Pojavljajo se vse oblike nasilja trenerjev, najpogostejše pa je fizično nasilje.

## ***5.3 Metode raziskovanja in zbiranje podatkov***

Kot instrument raziskave smo uporabili metodo strukturiranega vprašalnika, ki je bil posredovan v izbrane klube borilnih veščin in tam razdeljen med vse, ki so želeli nanj odgovarjati. Športniki so imeli možnost odgovarjati na 86 vprašanj, ki jih je vseboval vprašalnik. Vprašalnik je bil anonimen, anonimnost sama pa je bila zagotovljena z oddajo zaprtih vprašalnikov na enotno zbirno mesto v klubu, ki so bili odprti šele pri analizi rezultatov. Sodelujočim je sicer bila dopuščena možnost izpuščanja vprašanj, vendar pa nepopolnih anket nismo vključili v raziskavo samo, saj smo menja, da pravilno sliko zaradi povezovanja vprašanj kažejo le popolno izpolnjeni vprašalniki. Sodelovali so lahko vsi, ki so to želeli, ne glede na spol, starost, leta treninga ali pa položaj v klubu. Raziskava je bila izvajana v različnih klubih (skupno število 6) klasičnih borilnih veščin in je potekala od julija 2015 do oktobra 2015.

## ***5.4 Omejitve raziskave***

Pred izvedbo raziskave smo predpostavljali, da bi omejitve lahko predstavljalo nesodelovanje športnikov, prepoved ali onemogočanje sodelovanja zaradi vodstev kluba ali trenerjev samih in pa potencialno majhnega števila sodelujočih v raziskavi. Vse omejitve so se izkazale kot neresnične, večina športnikov je sodelovala brez

kakšnih zadržkov, vodstva klubov in trenerji niso imeli pripomb saj po njihovih besedah zastopajo borbena integriteto, število sodelujočih pa se je na koncu tudi izkazalo za zadostno.

### 5.5 Potek raziskave in opis vzorca

Raziskava je potekala v več anonimnih klubih borilnih veščin po Sloveniji, od tega 4 v Ljubljani, 1 v Novem mestu, 1 v Celju in 1 v Mariboru. Sodelovalo je 158 športnikov in trenerjev, 16 oddanih vprašalnikov ni bilo veljavnih iz različnih razlogov (poškodovanost, zamazanost, večkratni odgovori). Vprašalnik sam po sebi je bil anonimen, prvi del je bil sestavljen iz demografskih vprašanj, drugi del pa o frekvencah in pojavnih oblikah nasilja v klubih borilnih veščin.

#### 5.5.1 Demografski podatki

V prvem delu smo pridobili važne demografske podatke. V raziskavi je sodelovalo 105 moških (kar je 73,9% vseh vprašanih) in 37 žensk (26,1%). Najmlajši sodelujoči v raziskavi je bil star 13 let, najstarejši pa 56, povprečna starost sodelujočih je 20,54 let. Poleg starosti pa smo ugotavljali tudi koliko ur treninga tedensko je za anketiranci, najmanj so trenirali 2 uri na teden, največ 14, povprečno število tedenskih ur treninga za celotno populacijo pa je 5,61. Ugotavljali smo tudi starost ko so športniki začeli trenirati borilne veščine, kar je prikazano v tabeli 1. Ugotovili smo, da je največ (kar 40,9% vprašanih) začelo trenirati borilne veščine v dokaj majhni starostni skupini 11-15 let.

Tabela 1: Starost začetka treninga

Starost začetka treninga	5-10 let	11-15 let	16-20 let	21-25	Več kot 25 let
	20,4%	40,9%	29,5%	7,8%	1,4%

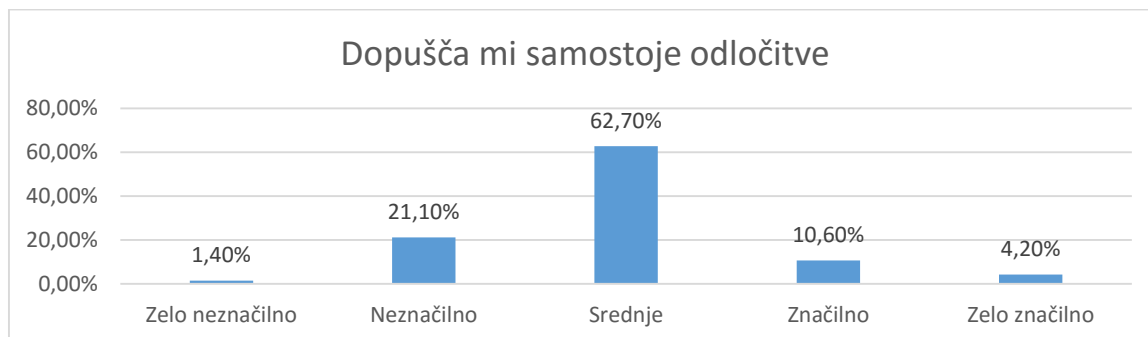
## 6. Analiza in interpretacija rezultatov raziskave

V nadaljevanju bomo s pomočjo grafov prikazali rezultate raziskave po sklopih, kot si sledijo v našem vprašalniku. Najprej bodo na vrsti karakterne značilnosti trenerjev nato vedenje trenerjev v primeru tekmovalčevega poraza, vpliv vedenja trenerjev na tekmovalca, pogostostjo neželenih situacij na treningih, pogostost športnikovega dojemanja verbalnega nasilja iz različnih strani in pa pogostost športnikovega dojemanja fizičnega nasilja iz različnih strani.

### 6.1 Karakterne značilnosti trenerja

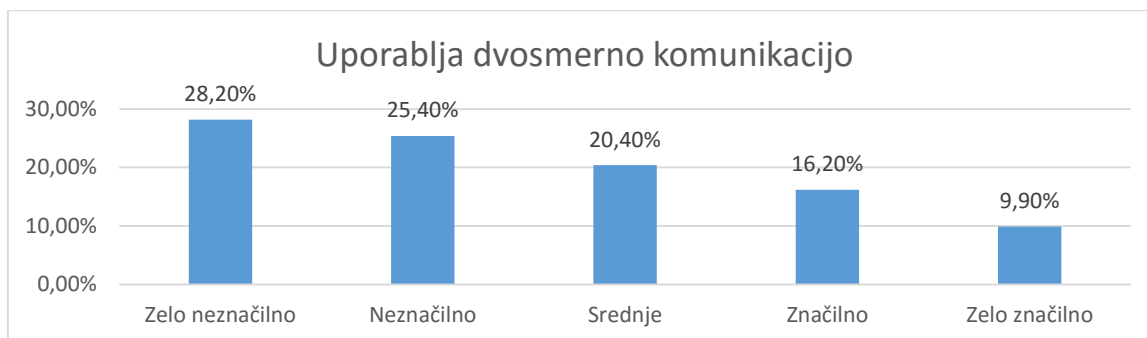
Prvi sklop vprašanj se je nanašal na značilnosti trenerja. Zanimalo so nas vse značilnosti trenerja, ki bi lahko vplivale na pojav nasilja ali pa kažejo na tendenco nasilnega vedenja. Vprašanja so bila postavljena tako, da na skali od 1 do 5 označijo kako je neko vedenje značilno za trenerja (1 pomeni zelo neznačilno, 5 pa da je zelo značilno).

Pri prvem vprašanju, če jim trener dopušča samostojne odločitve je kar 62,7% vprašanih odgovorilo z odgovorom 3, kar pomeni, da njihovi trenerji v določenih situacijah dopuščajo samostojne odločitve, v določenih pa ne.



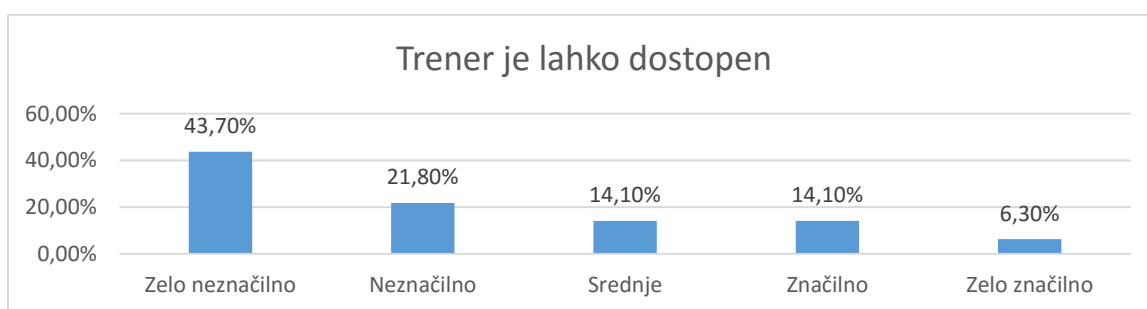
Slika 1: Dopušča mi samostojne odločitve

Uporaba dvosmerne komunikacije kaže na zdrav odnos med trenerjem in športnikom. Trendi odgovorov kažejo, da je dvosmerna komunikacija redko uporabljena oziroma zelo neznačilna za trenerje (28,2% vprašanih je odgovorilo, da je dvosmerna komunikacija zelo neznačilna za trenerje).



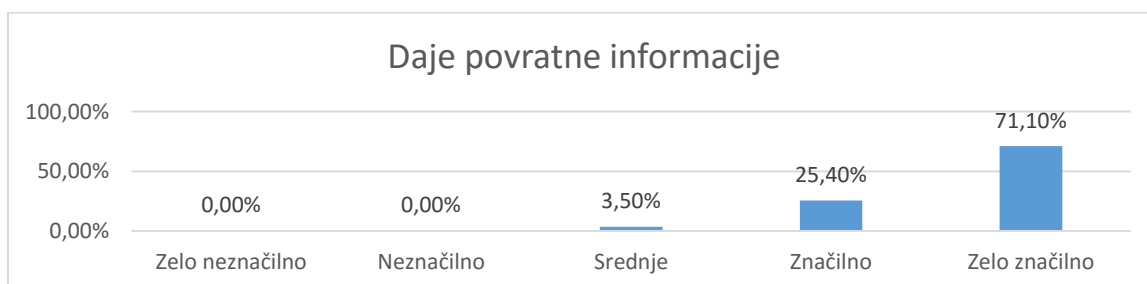
Slika 2: Uporablja dvosmerno komunikacijo

Ugotavljali smo tudi, ali so trenerji lahko dostopni. Raziskava kaže, da za trenerje sploh ni značilno, da bi bili lahko dostopni, kar 43,7% vprašanih je odgovorilo tako.



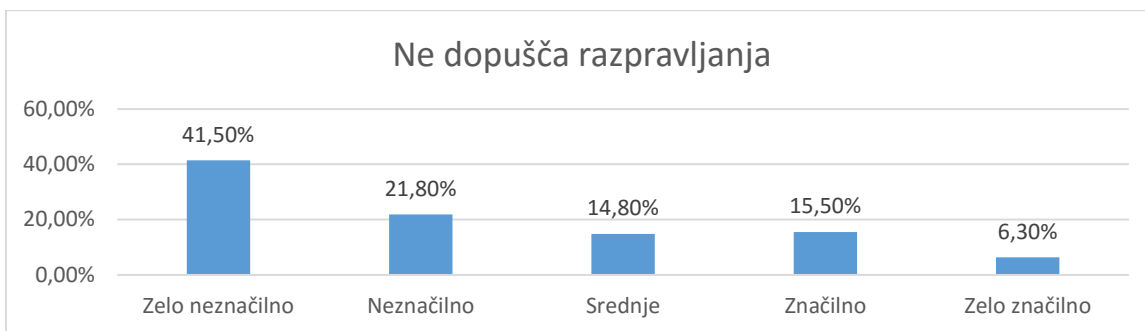
Slika 3: Ali je trener lahko dostopen

Spraševali smo ali trenerji dajejo povratne informacije na vprašanja športnikov. Kar 71,1% vprašanih je odgovorilo, da je dajanje povratnih informacij zelo značilno za njihove trenerje.



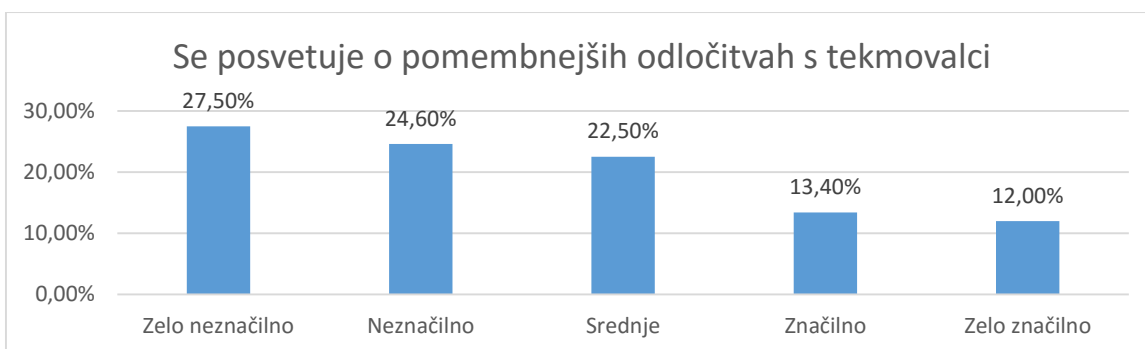
Slika 4: Ali trener daje povratne informacije

Razpravljanje med trenerjem in športnikom je očitno pogosto, 41,5% vprašanih je odgovorilo, da je zelo neznačilno za njihove trenerje, da ne bi dopuščali razprave.



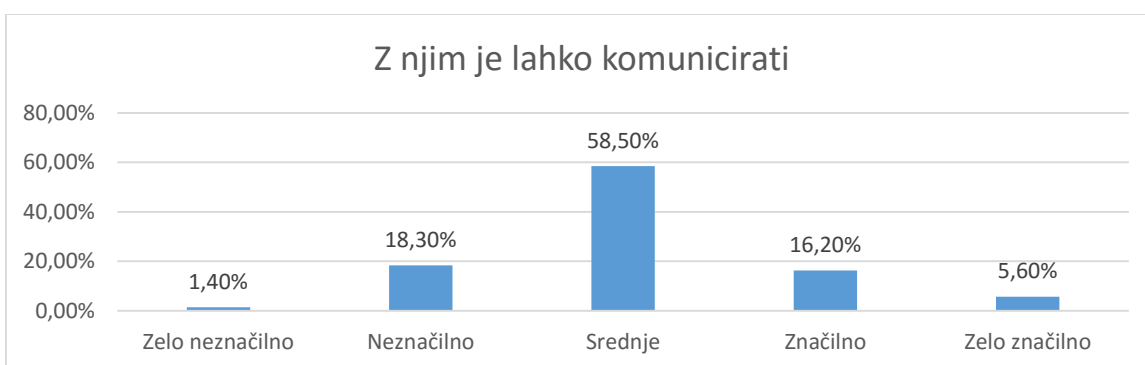
Slika 5: Trener ne dopušča razpravljanja

O posvetovanju o pomembnejših odločitvah med trenerjem in športnikom si vprašani niso enotni, vendar lahko rečemo, da se nagiba bolj v stran neznačilnih karakteristik za trenerje.



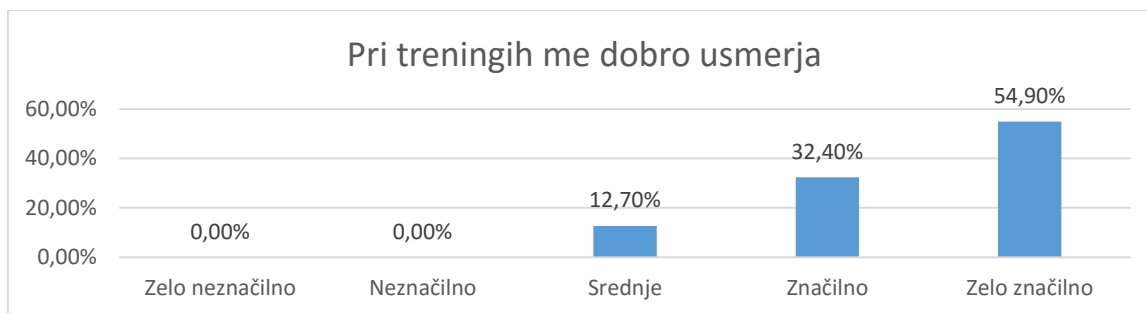
Slika 6: Trener se posvetuje o pomembnejših odločitvah s tekmovalci

Večina (58,5%) vprašanih športnikov meni, da je z njihovimi trenerji lahko komunicirati.



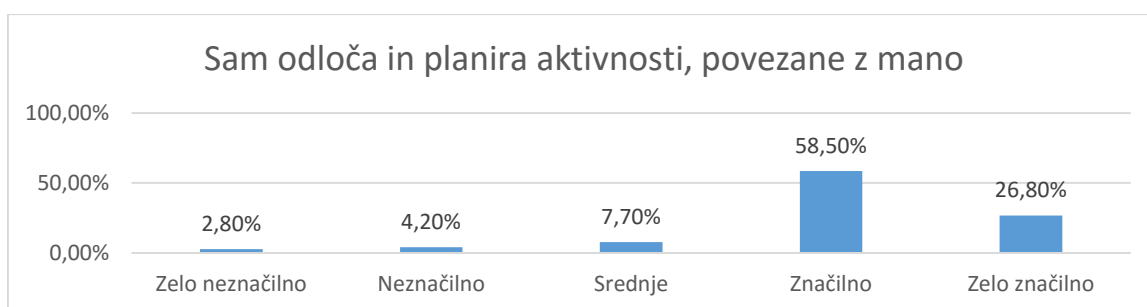
Slika 7: S trenerjem je lahko komunicirati

Naša raziskava je pokazala tudi, da športniki v veliki meri menijo, da jih trener pri treningih dobro usmerja.



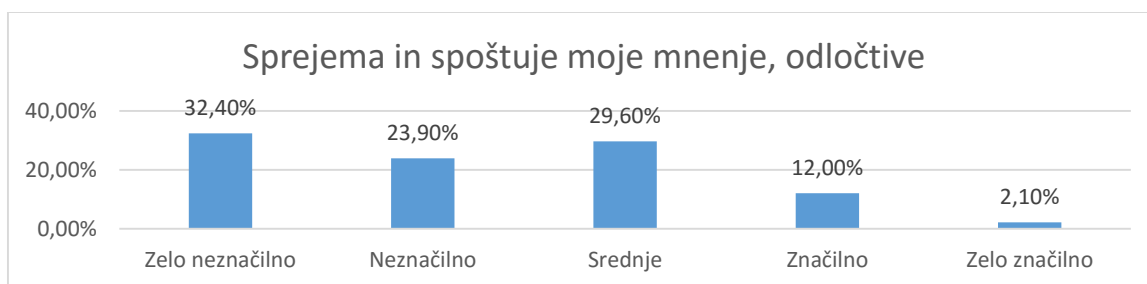
Slika 8: Trener me pri treningih dobro usmerja

Večina (58,5%) vprašanih športnikov meni tudi, da je za njihove trenerje značilno, da sami odločajo in planirajo aktivnosti, ki so povezane z njimi.



Slika 9: Trener sam odloča in planira aktivnosti, ki so povezane z športniki

Odkrili smo tudi, da trenerji redko sprejemajo in spoštujejo mnenja ali odločitve športnikov. 32,4% športnikov je odgovorilo, da je to za njihove trenerje zelo neznačilno in le 2,1% jih je odgovorilo, da je to za njihove trenerje zelo značilno.



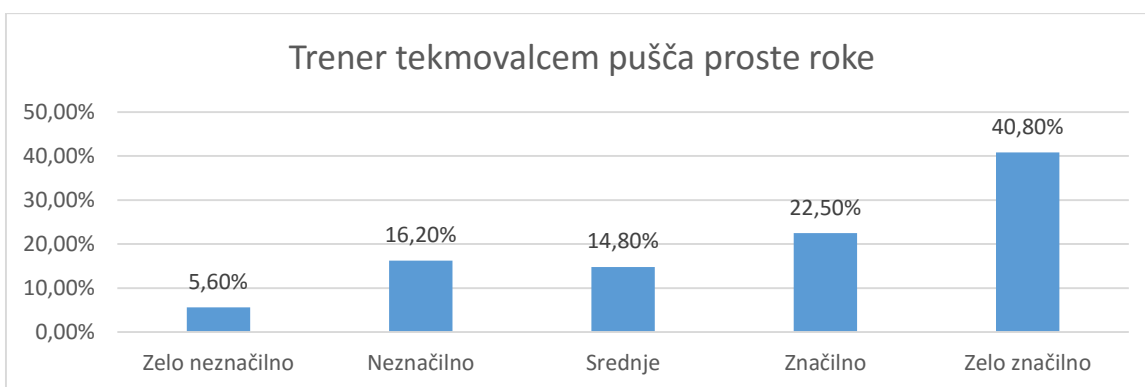
Slika 10: Trener sprejema in spoštuje mnenje ali odločitve športnika

Po mnenju vprašanih športnikov so njihovi trenerji naklonjeni k strogemu treningu, ki je usmerjen k realizaciji ciljev. 43,7% vprašanih je odgovorilo, da je to za njihove trenerje zelo značilno, 5,6% pa da je takšno vedenje zelo neznačilno za njihove trenerje.



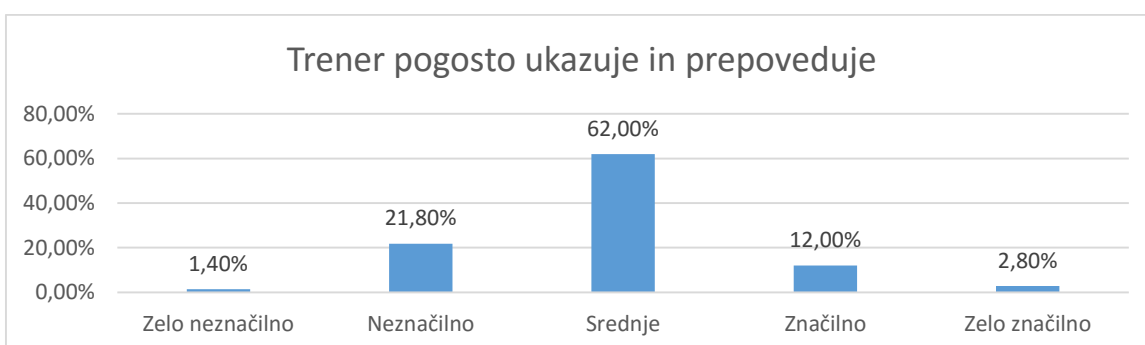
Slika 11: Trener je naklonjen k strogemu treningu, ki je usmerjen k realizaciji ciljev

Za trenerje vprašanih športnikov je zelo značilno, da jim puščajo proste roke. Tako je odgovorili 40,8% vprašanih.



Slika 12: Ali trener pušča tekmovalcem proste roke

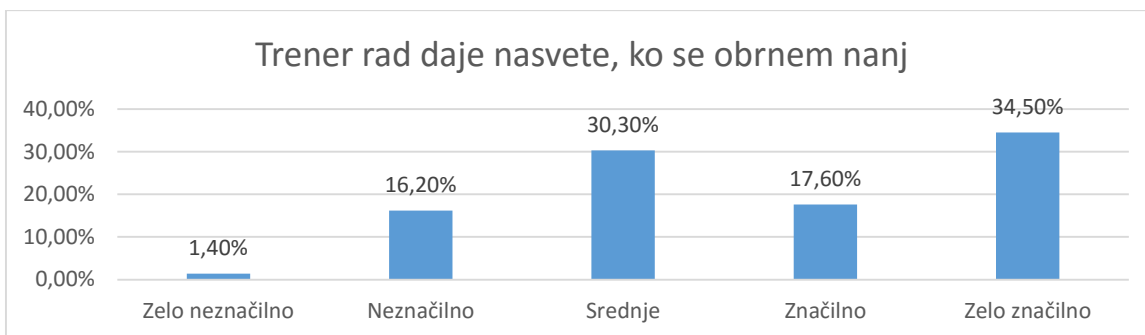
Za trenerje je srednje značilno, da pogosto ukazujejo in prepovedujejo. Tako je odgovorilo 62% vprašanih.



Slika 13: Trener pogosto ukazuje in prepoveduje

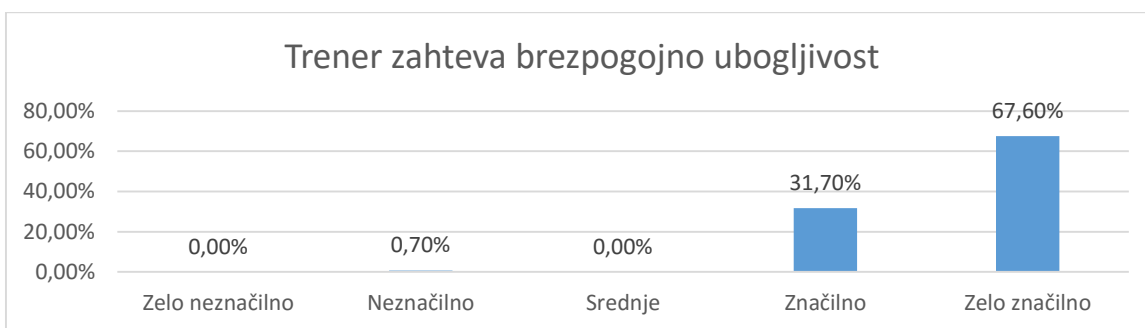
Ugotavljali smo tudi, ali trenerji radi dajejo nasvete, ko se športniki obrnejo na njih. 1,4% vprašanih je odgovorilo, da je to zelo neznačilno za njihove trenerje, 30,3% vprašanih je odgovorilo, da je to srednje značilno za njihove trenerje in 34,5% jih je odgovorilo, da je to zelo značilno.





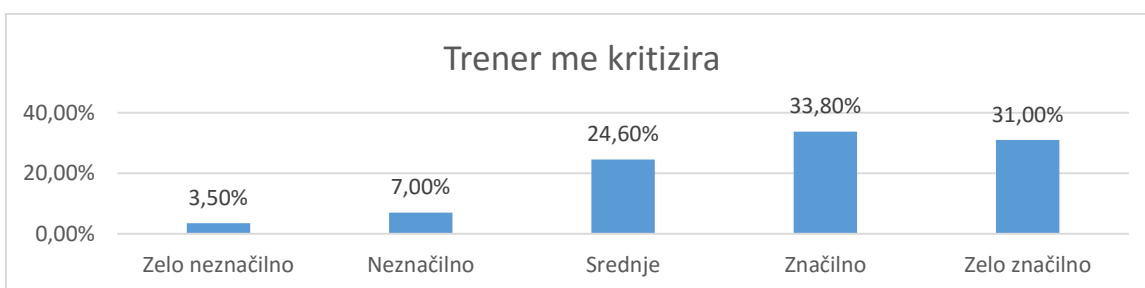
Slika 14: Trener rad daje nasvete, ko se športnik obrne nanj

Za trenerje je zelo značilno, da zahtevajo od svojih varovancev brezpogojno ubogljivost. 0,7% vprašanih je odgovorilo, da je to neznačilno, kar 67,6% pa, da je to zelo značilno za njihove trenerje.



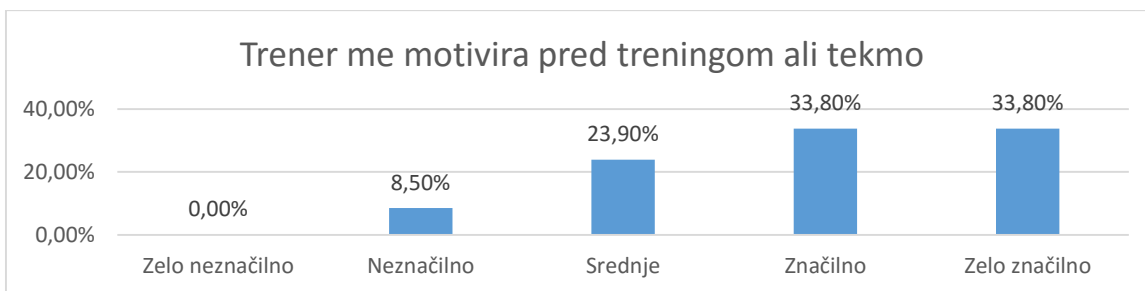
Slika 15: Ali trener zahteva brezpogojno ubogljivost

V raziskavi smo ugotovili, da je značilno za trenerje, da kritizirajo svoje varovance.



Slika 16: Trener kritizira športnike

Večinoma je za trenerje nekako značilno, da motivirajo športnike in svoje varovance pred tekmami ali treningom, kakor je razvidno iz naslednjega grafičnega prikaza.



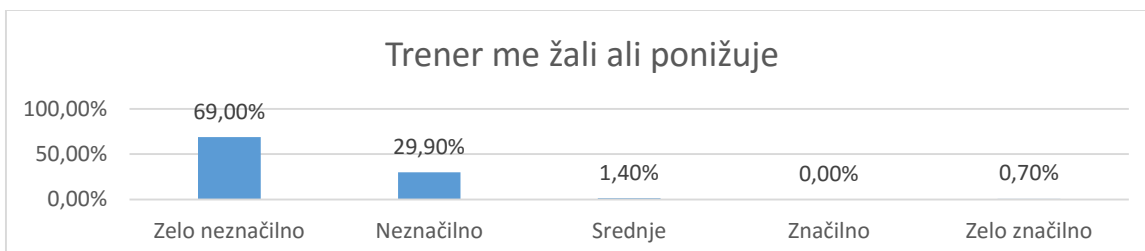
Slika 17: Trener motivira športnike pred treningom ali tekmo

Za trenerje je v veliki večini zelo značilno, da spodbujajo športnike. Tako je odgovorilo kar 66,2% vprašanih.



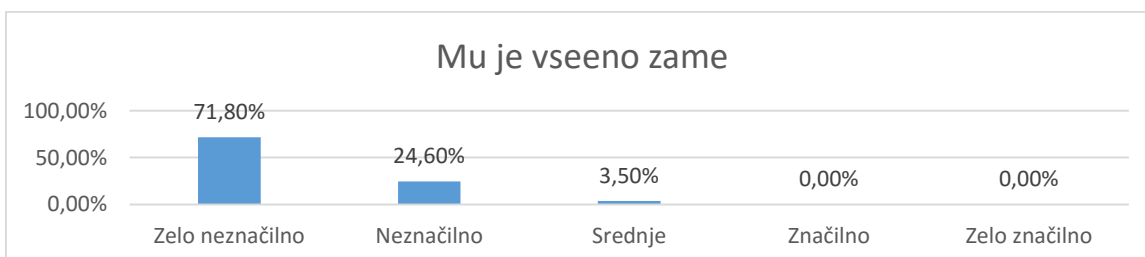
Slika 18: Trener spodbuja športnike

Žaljenje ali poniževanje je zelo neznačilno za trenerje (68% vprašanih je odgovorilo tako), vendar pa se pokaže v tem primeru 1 oseba, ki ima zelo negativno izkušnjo z svojim trenerjem in pravi, da je to za njenega trenerja zelo značilno.



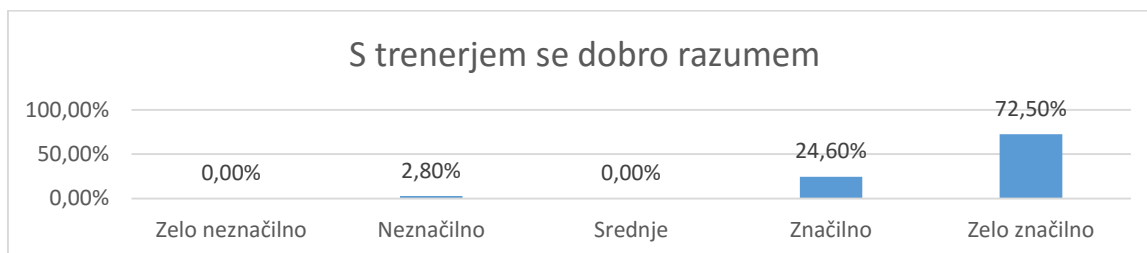
Slika 19: Trener športnike žali ali ponižuje

Raziskava je pokazala tudi, da trenerjem ni vseeno za svoje varovance. Velika večina (71,8%) športnikov pravi, da je brezbržnost trenerjev zelo neznačilna.



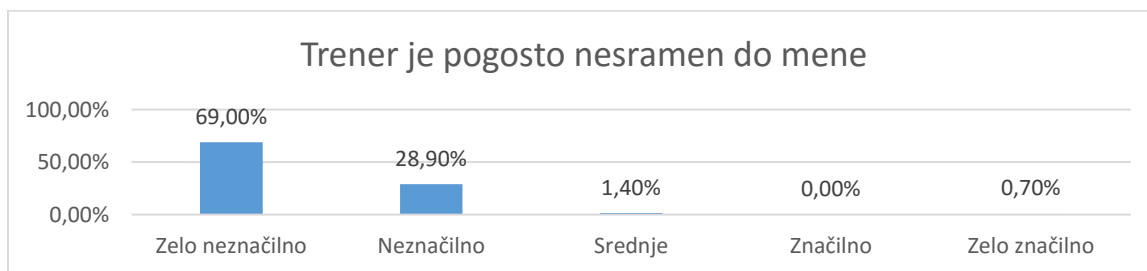
Slika 20: Trenerju je vseeno za športnika

Po mnenju vprašanih sodeč se večinoma dobro razumejo s trenerji (to je zelo značilno za 72,5% vprašanih). Vendar pa obstajajo 4 vprašani (2,8% vseh vprašanih), ki menijo, da so dobri odnosi z trenerjem neznačilni.



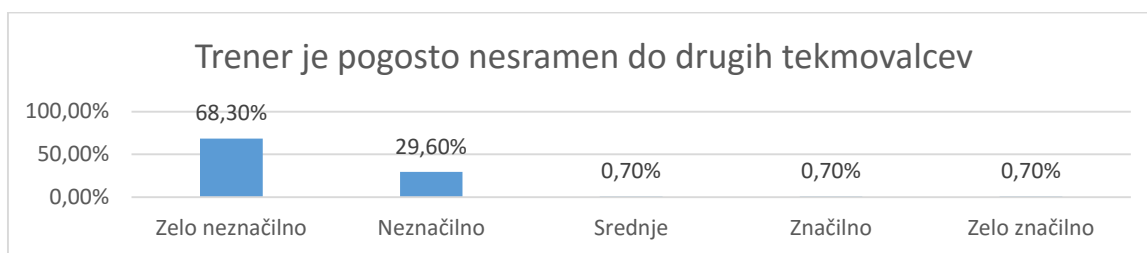
Slika 21: Dobri odnosi s trenerjem

Raziskava je pokazala, da je zelo neznačilno za trenerje, da bi bili pogosto nesramni do športnikov (tako odgovori 69% vprašanih). Pokaže pa se spet posameznik ali posameznica, ki meni, da je nesramnost do nje ali njega zelo značilna za trenerja.



Slika 22: Trener je pogosto nesramen do športnika

Po mnenju vprašanih je zelo neznačilno za njihove trenerje, da bi bili nesramni do drugih tekmovalcev (68,3% jih meni tako).

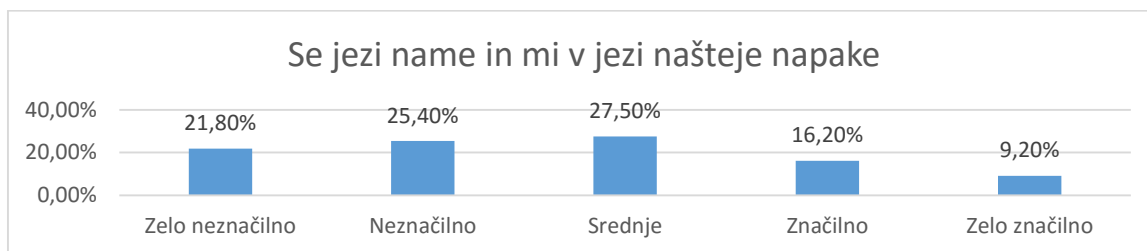


Slika 23: Trener je pogosto nesramen do drugih tekmovalcev

## 6.2 Obnašanje trenerjev v primeru tekmovalčevih porazov

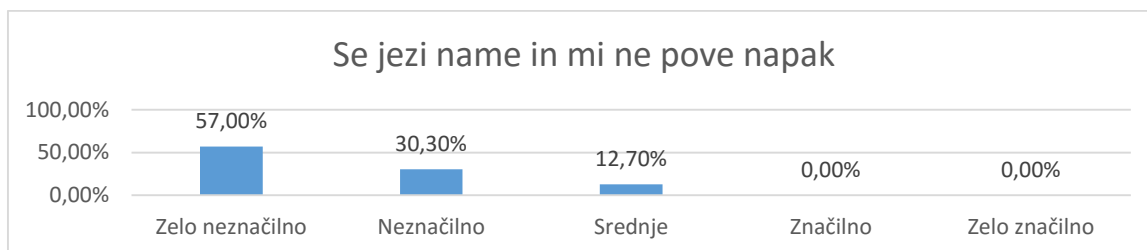
Naslednji sklop vprašanj se je nanašal na obnašanje trenerjev v primeru tekmovalčevih porazov, spet je bila uporabljena lestvica od 1 do 5, 1 je pomenilo, da je vedenje popolnoma neznačilno za trenerja, 5 pa da je zelo značilno vedenje za trenerja.

Najprej so športniki ocenjevali pogostost jeze trenerja v kombinaciji z naštevanjem napak tekmovalcu, vendar pa (kot je razvidno iz grafa) ni bilo neke večine ali pa hujše manjšine odgovorov za izpostavitve.



Slika 24: Trener se jezi name in mi v jezi našteje napake

Nato je prišel na vrsto drugi pol vprašanja, kjer so športniki odgovarjali na to ali se trener jezi nanje in jim ne pove napak. Pokazalo se je, da večina športnikov (57%) meni, da je takšno vedenje zelo neznačilno za njihove trenerje.



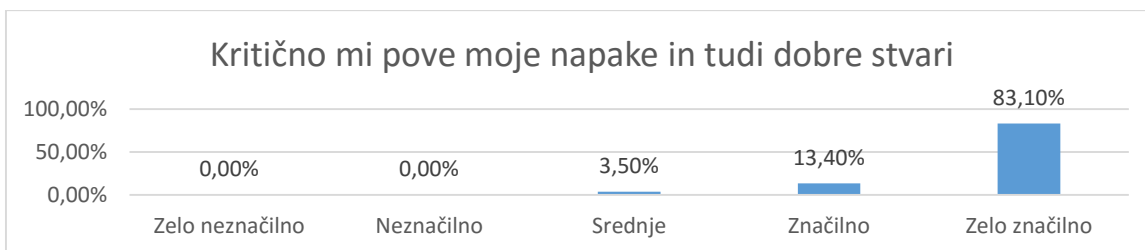
Slika 25: Trener se jezi name in mi ne pove napak

Naslednje vprašanje se je nanašalo na valjenje krivde na športnika samega, kjer se je spet pokazalo, da velika večina športnikov (76,1%) meni, da je takšno vedenje zelo neznačilno za njihove trenerje. Zanimivo pa je, da 1 športnik meni, da pa je takšno vedenje značilno za njegovega trenerja.



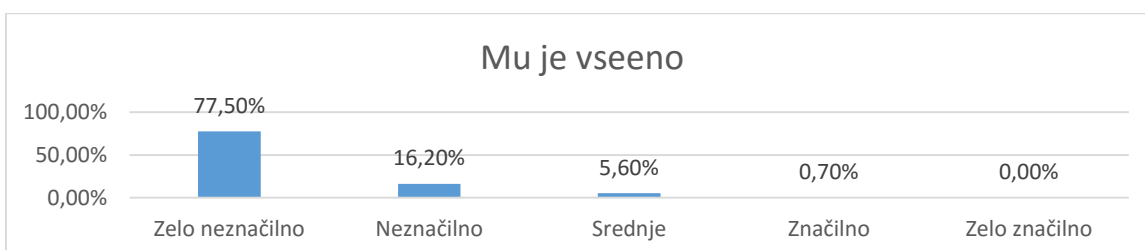
Slika 26: Trener me krivi za poraz

Športnike smo spraševali tudi, ali jim trener kritično pove tako njihove napake kot tudi kaj so naredili prav. Velika večina športnikov (83,1%) meni, da je takšno vedenje zelo značilno za njihove trenerje.



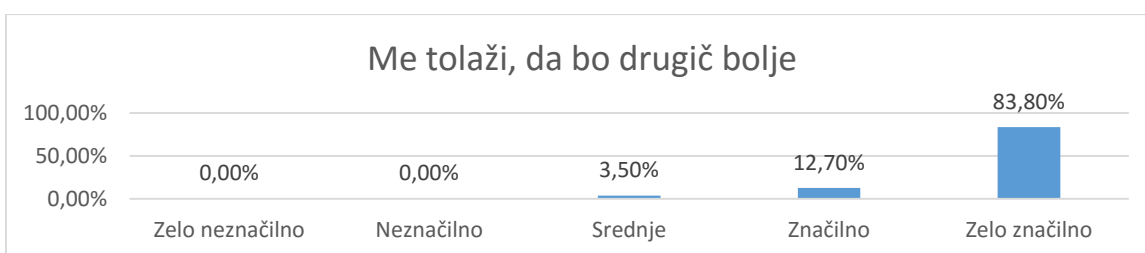
Slika 27: Trener mi kritično pove moje napake in tudi dobre stvari

Športniki so odgovarjali tudi na vprašanje, če je njihovemu trenerju vseeno ob njihovih porazih. Večina (77,5%) jih je odgovorila, da je takšno vedenje zelo neznačilno za njihove trenerje, pojavlja pa se tisti posameznik, ki pravi, da je takšno vedenje značilno za njegovega trenerja.



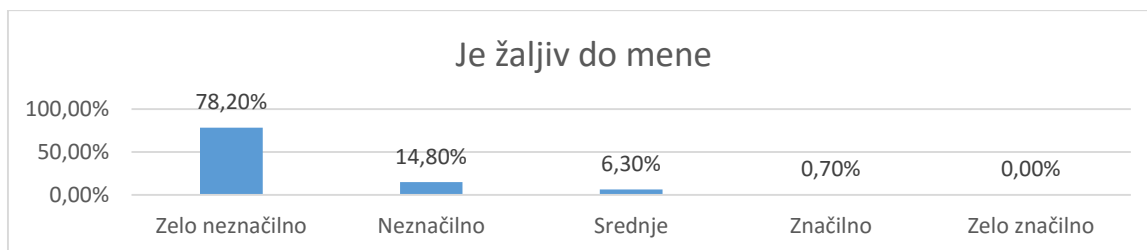
Slika 28: Trenerju je vseeno za moj poraz

Poleg vseh slabih stvari pa nas je v raziskavi zanimalo tudi, če trenerji pogosto tolažijo svoje varovance ob njihovih porazih. Pokazalo se je, da velika večina športnikov (83,8%) meni, da je takšno vedenje zelo značilno za njihove trenerje.



Slika 29: Trener me tolaži, da bo drugič bolje

Za konec pa smo prihranili še vprašanje, če so trenerji pogosto žaljivi do športnikov ob njihovih porazih. Odgovori kažejo, da večina (78,2%) misli, da je takšno vedenje zelo neznačilno, pojavi pa se spet tisti posameznik ali posameznica, ki meni, da je takšno vedenje značilno za trenerja.

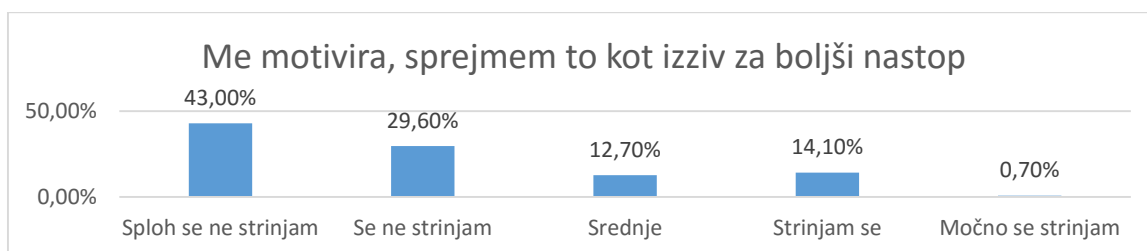


Slika 30: Trener je žaljiv do mene

### 6.3 Kako na športnike vpliva trenerjevo vedenje

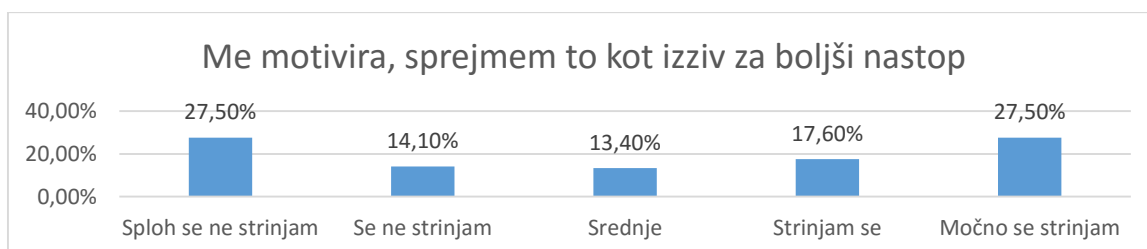
V naslednjem sklopu vprašanj smo prosili, športnike naj si zamislijo, da je trener do njih nesramen ali žaljiv ter razmislijo kako bi takšno vedenje vplivalo na njih in na njihov nastop na tekmovanju. Spet smo uporabili lestvico od 1 do 5, pri čemer je pomenilo 1, da se s trditvijo sploh ne strinjajo, 5 pa da se močno strinjajo.

Najprej so odgovarjali, ali jih takšno vedenje motovira in če to sprejmejo kot izziv za boljši nastop. 43% jih je odgovorilo, da se s to trditvijo sploh ne strinjajo, presenetljivo pa je, da se 1 izmed sodelujočih s to trditvijo močno strinja.



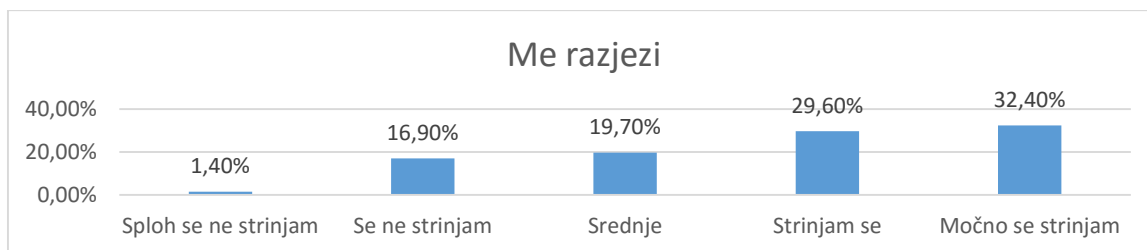
Slika 31: Trenerjeve žalitve me motivirajo, sprejemem jih kot izziv za boljši nastop

Nato smo jim postavili trditev, da se ne obremenjujejo z njegovim vedenjem. Naleteli smo na kar se da zanimivo razporeditev, ki je razvidna iz naslednje tabele.



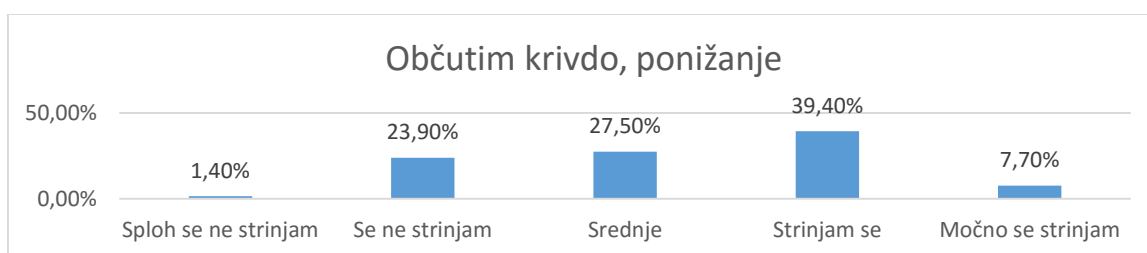
Slika 32: V primeru žalitev se ne obremenjujem z trenerjevim vedenjem

Kasneje smo prešli na očitno reakcijo in sicer jezo v primeru žalitev. 32,4% športnikov se močno strinja z trditvijo, da bi jih trenerjeve žaljivke ujezile, 1,4% športnikov pa pravi, da se z to trditvijo sploh ne strinja, kar pa je tudi zanimivo.



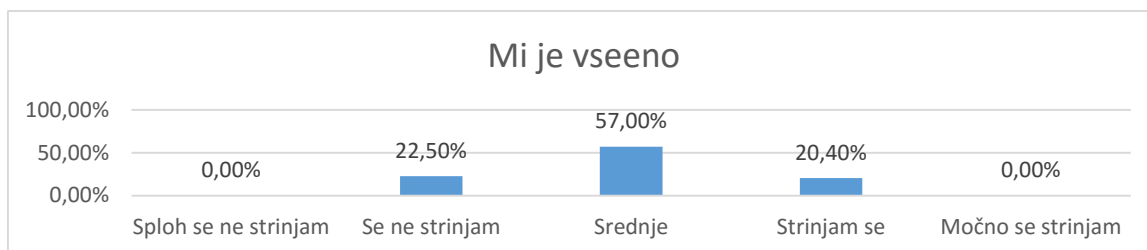
Slika 33: Trenerjeve žalitve me razjezijo

Športniki so nato odgovarjali na to, ali se strinjajo s tem, da v primeru takšnega vedenja občutijo krivdo ali ponižanje. 39,4% športnikov je odgovorilo, da se s trditvijo strinjajo, ostale vrednosti pa so razvidne iz spodnjega grafa.



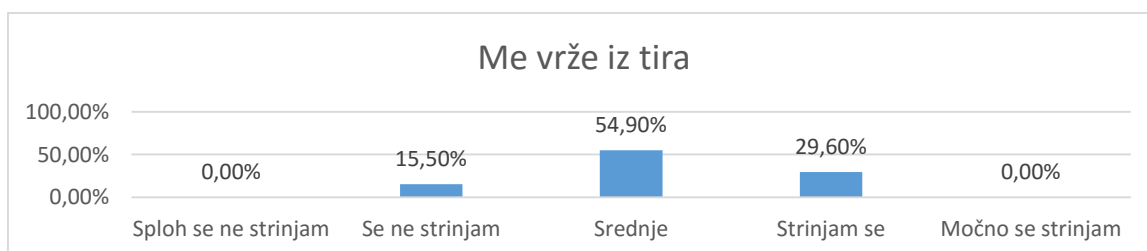
Slika 34: Ob trenerjevih žalitvah občutim krivdo, ponižanje

V raziskavi smo nato spraševali po temu ali je športnikom v takšni situaciji vseeno. 57% jih je odgovorilo z odgovorom srednje. Ostalo se bolj ali manj strinjajo ali ne strinjajo.



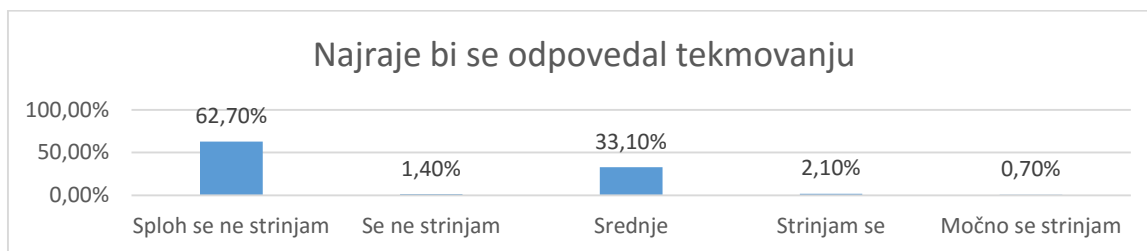
Slika 35: Za trenerjeve žalitve mi je vseeno

Po tem smo raziskovali ali bi jih žaljivke vrgle iz tira. Večina (54,9%) športnikov pravi, da se z to trditvijo ne morejo strinjati ali pa ne strinjati.



Slika 36: Trenerjeve žaljivke me vržejo iz tira

Za konec pa so se vprašani morali odločiti ali se strinjajo, da bi v takšnih primerih najraje odpovedali svoje tekmovanje. Večina športnikov (62,7%) je odgovorila, da se s tem sploh ne strinjajo.

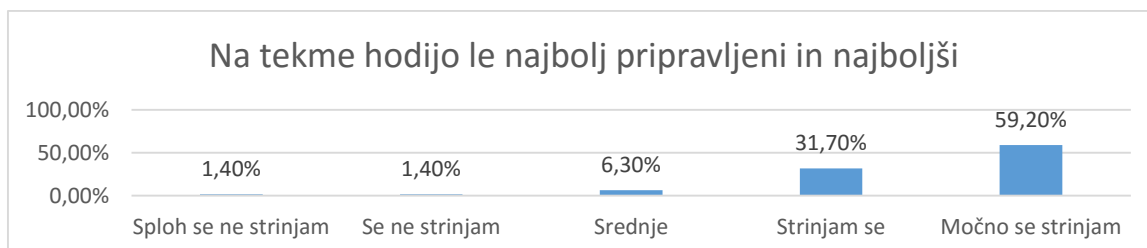


Slika 37: Zaradi trenerjevih žaljivk bi se najraje odpovedal tekmovanju

#### 6.4 Strinjanje ali ne strinjanje s trditvami o borilnih veščinah

V naslednjem sklopu vprašanj smo v raziskavi želeli preveriti kako športniki gledajo na določene trditve, ki smo jih opazili sami ali pa vemo, da se pojavljajo v borilnih veščinah. Spet smo uporabili lestvico od 1 do 5, pri čemer 1 pomeni, da se s trditvijo sploh ne strinjajo, 5 pa, da se s trditvijo močno strinjajo.

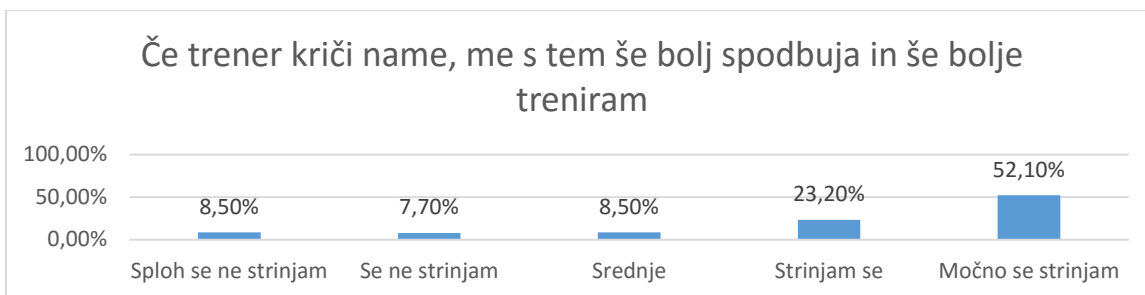
Pri prvi trditvi tega sklopa, ki se je glasila, da na tekme hodijo le najbolj pripravljeni in najboljši, je 59,2% vprašanih odgovorilo, da se z trditvijo močno strinjajo, zanimivo pa je, da se 2 posameznika sploh ne strinjata in 2 posameznika se ne strinjata. Kar pomeni, da se s trditvijo vsaj delno strinja 97,2% vseh vprašanih.



Slika 38: Na tekme hodijo le najbolj pripravljeni in najboljši

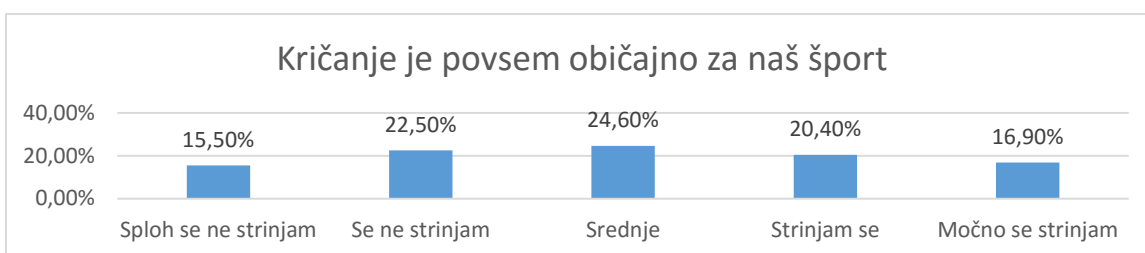
Druga trditev, ki se je glasila: če trener kriči name, me s tem še bolj spodbuja in še boljše treniram. Zanimivo je, da se 52,1% vprašanih močno strinja s to trditvijo, 8,5% pa se sploh se strinja s to trditvijo.





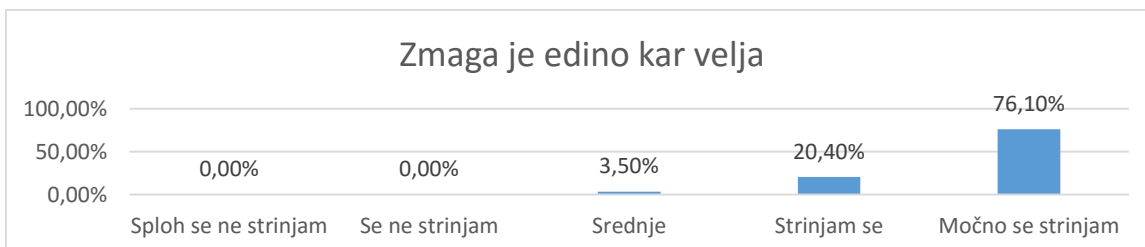
Slika 39: Če trener kriči name, me s tem še bolj spodbuja in še bolje treniram

Zanimivi so tudi rezultati strinjanja s trditvijo, da je kričanje povsem običajno za borilne veščine. Vidni so iz naslednje tabele.



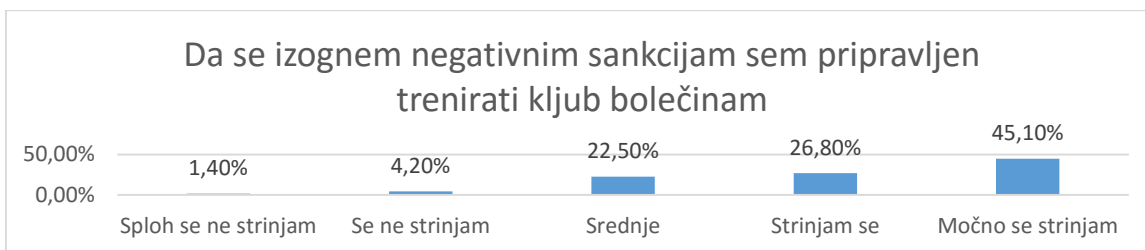
Slika 40: Kričanje je povsem običajno za naš šport

Z eno izmed bolj kontroverznih izbranih trditev, zmaga je edino kar velja, se športniki v veliki večini (76,1%) močno strinjajo, najmanjša vrednost strinjanja pa je srednja vrednost (med strinjanjem in ne strinjanjem) in se zanjo odloči le 3,5% vseh vprašanih.



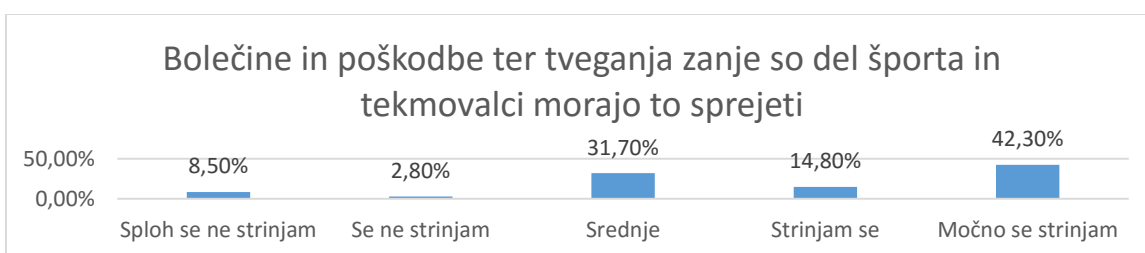
Slika 41: Zmaga je edino kar velja

V raziskavi smo prehajali k vedno bolj kontroverznim trditvam. Naslednja, ki se glasi: da se izognem negativnim sankcijam (npr. ignoriranje s strani sotekmovalcev/trenerja, posmehovanju, izločitvi iz ekipe), sem pripravljen trenirati kljub bolečinam. S to trditvijo se je močno strinjalo 45,1% vseh vprašanih, zanimivo pa je, da se z njo sploh ne strinjata samo 2 posameznika (1,4% vseh vprašanih).



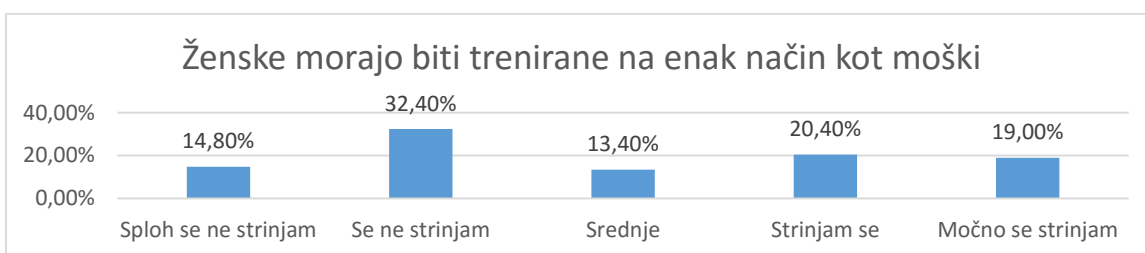
Slika 42: Da se izognem negativnim sankcijam sem pripravljen trenirati kljub bolečini

S trditvijo, bolečine in poškodbe ter tveganja zanje so del športa in tekmovalci morajo to sprejeti, se močno strinja kar 42,3% športnikov, vendar pa za kontrast 31,7% vprašanih pravi, da se s trditvijo ne more strinjati ali pa ne strinjati.



Slika 43: Bolečine in poškodbe ter tveganja zanje so del športa in tekmovalci morajo to sprejeti

Za konec tega sklopa pa smo v raziskavo vključili tudi trditev, ki se nanaša na spolno enakost. S trditvijo, da morajo biti ženske trenirane na enak način kot moški, se ne strinja 32,4% vseh vprašanih, od popolnega ne strinjanja do vključno z sredno vrednostjo je odgovorilo 60,6% vseh vprašanih, kar pomeni, da se večina ne more strinjati s to trditvijo.



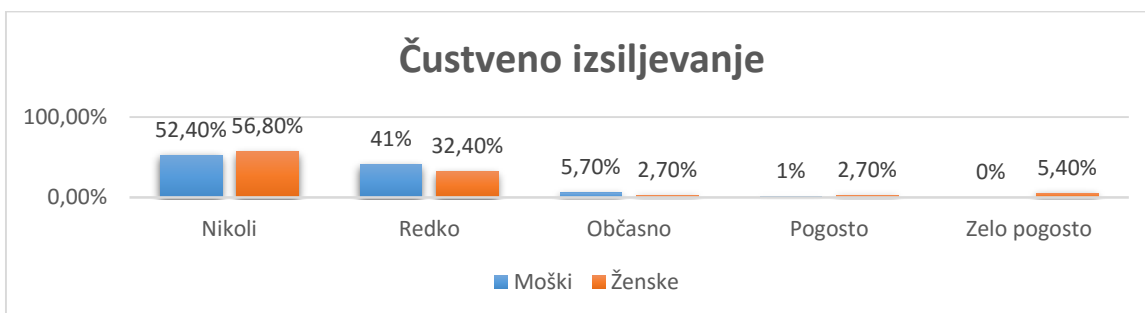
Slika 44: Ženske morajo biti trenirane na enak način kot moški

### 6.5 Pogostost pojava neželenih situacij pri treningu borilnih veščin

V raziskavi smo spraševali tudi, kako pogosto se srečujejo z določenimi nezaželenimi situacijami, tudi nasiljem. Sodelujoči so odgovarjali na lestvici od 1 do 5, pri čemer 1 pomeni, da se s situacijo ne srečuješ nikoli, 2 redko, 3 občasno, 4 pogosto, 5 pa zelo pogosto. Za potrebe analize in predstavitve smo odgovore razdelili tudi na moške in

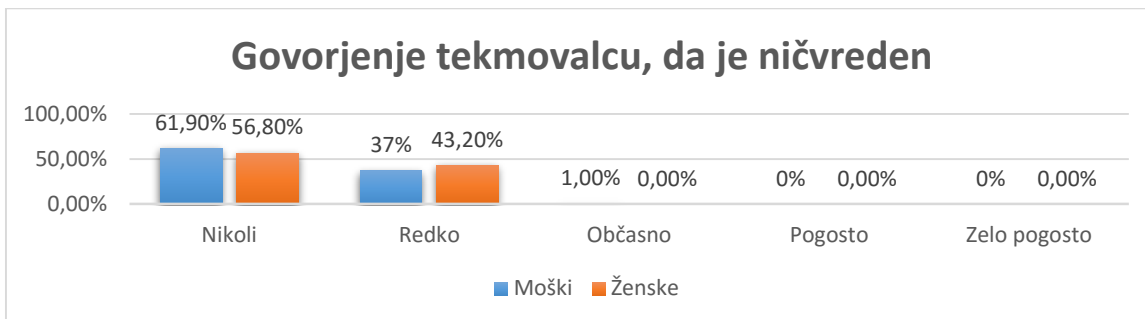
ženske, saj smo želeli videti, kdo je tarča največ nezaželenih situacij v klubih borilnih veščin.

Najprej smo želeli vedeti, kako pogosto doživljajo čustveno izsiljevanje. Pokazalo se je, da večina športnikov (52,4% moških in 56,8% žensk) nikoli ne doživi čustvenega izsiljevanja, pojavi pa se 1 moški, ki ga doživlja pogosto in 2 ženski, ki ga doživljata zelo pogosto.



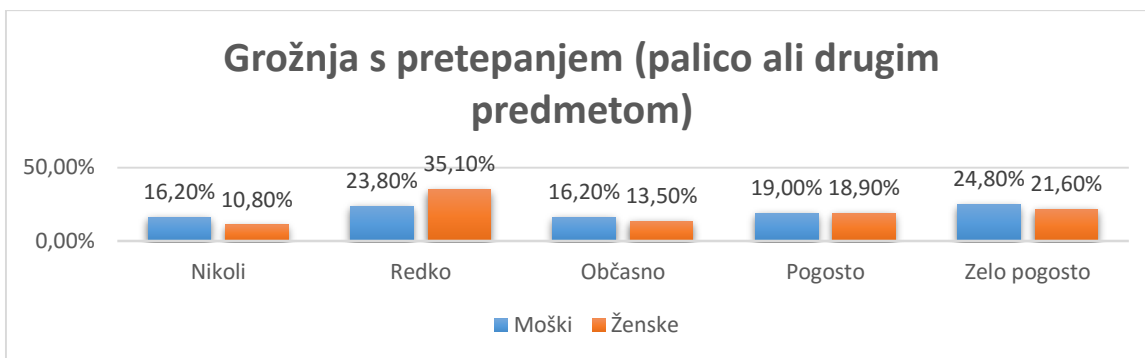
Slika 45: Čustveno izsiljevanje

Nato smo raziskovali pogostost govorjenja tekmovalcu, da je ničvreden. Pokazalo se je, da takšno vedenje ni pogosto, 61,9% moških in 56,8% je odgovorilo, da se to ne dogaja nikoli, nihče pa ni odgovoril, da se to dogaja več kot občasno.



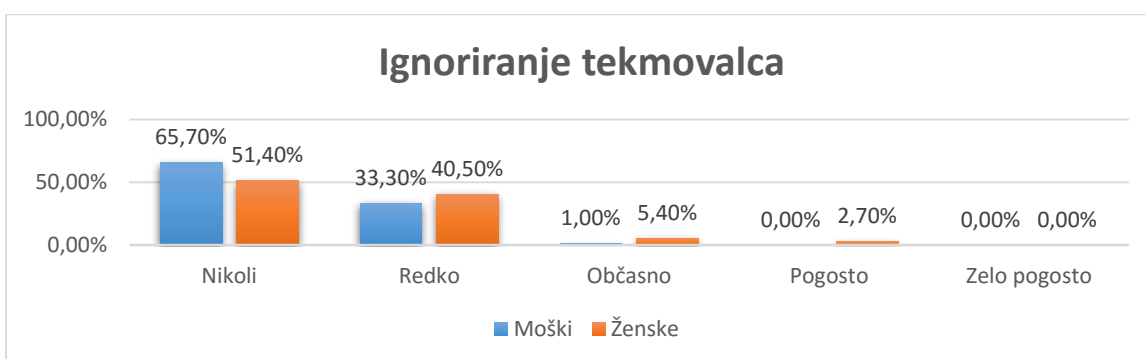
Slika 46: Govorjenje tekmovalcu, da je ničvreden

Naslednja je bila grožnja s pretepanjem (palico ali drugim predmetom), ki je očitno dokaj pogosta, tako za moške kot za ženske, kot je razvidno iz grafikona.



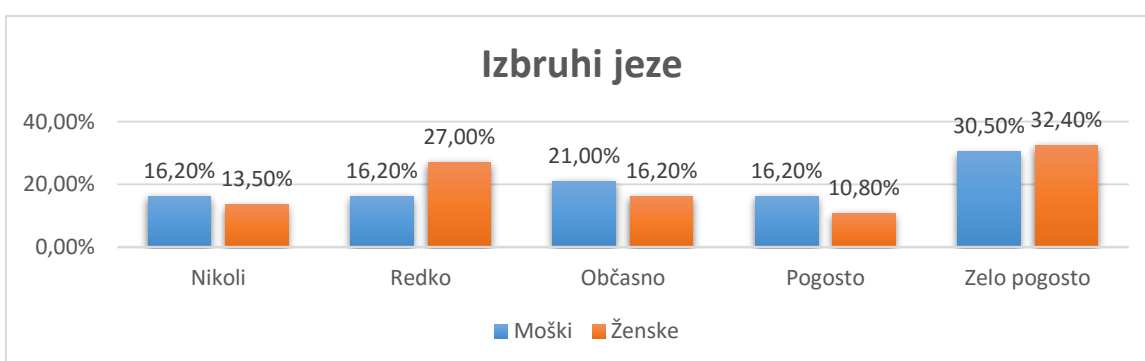
Slika 47: Grožnja s pretepanjem (palico ali drugim predmetom)

Naslednje je bilo ignoriranje tekmovalca, ki tudi ni pogosto. 65,7% moških in 51,4% žensk je odgovorilo, da se to ne dogaja nikoli, 2 predstavnici ženskega spola pa sta odgovorili, da se jima to dogaja pogosto.



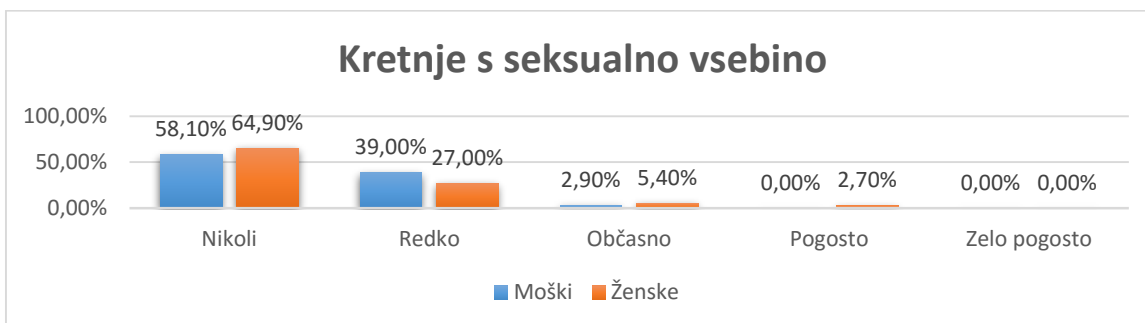
Slika 48: Ignoriranje tekmovalca

V raziskavi smo spraševali tudi o pogostosti izbruhov jeze pri treningu borilnih veščin, očitno je, da so dokaj pogosti, saj je 32,4% žensk in 30,5% moških odgovorilo, da se dogajajo zelo pogosto.



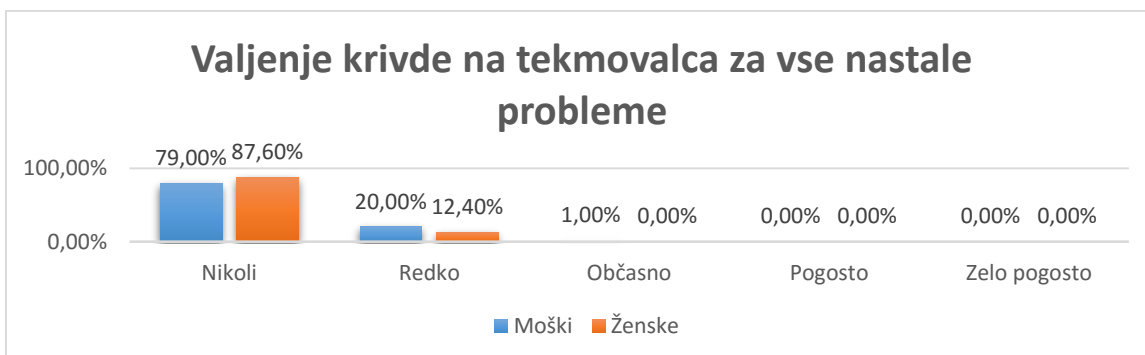
Slika 49: Izbruhi jeze

Kasneje nas je zanimala tudi pogostost kretenj s seksualno vsebino. Večinoma se ne dogajajo (tako pravi 64,9% žensk in 58,1% moških), vendar pa obstajata dve pripadnici ženskega spola, ki pravita, da se jima dogajajo pogosto.



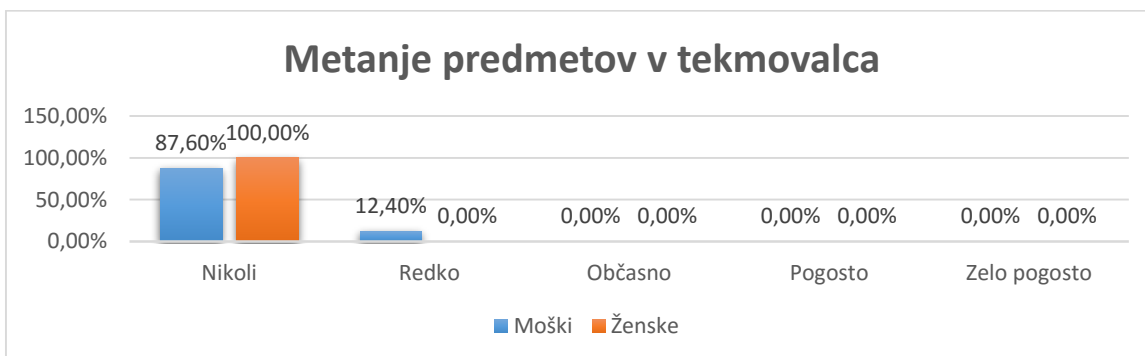
Slika 50: Kretnje s seksualno vsebino

Valjenje krivde na tekmovalca za vse nastale probleme je po mnenju 87,6% vprašanih žensk in 79% vprašanih moških neobstoječe, pojavi se sicer 1 moški, ki pravi, da se mu to dogaja občasno.



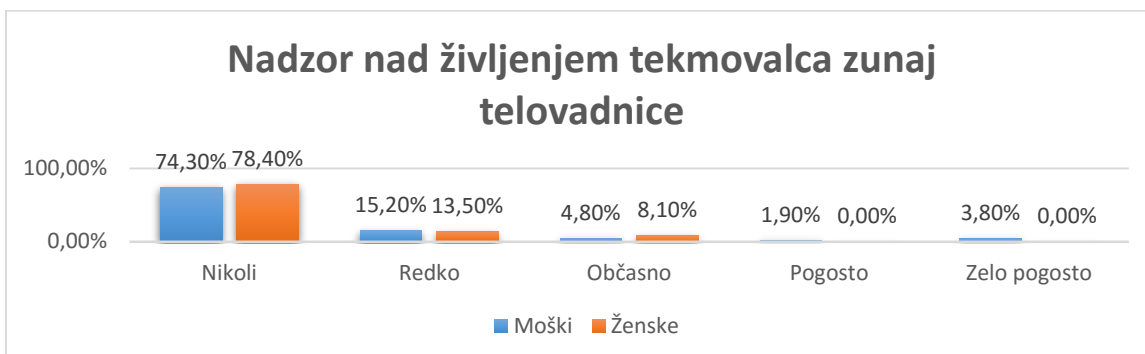
Slika 51: Valjenje krivde na tekmovalca

Metanje predmetov v tekmovalca je po mnenju velike večine vprašanih neobstoječe ali zelo redko (87,6% moških in kar 100% žensk meni tako).



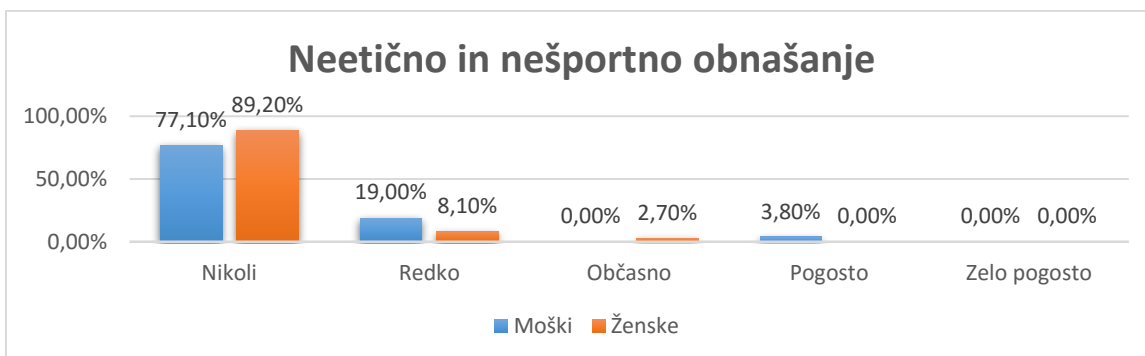
Slika 52: Metanje predmetov v tekmovalca

Nadzor nad življenjem tekmovalca zunaj telovadnice je nekaj kar se po mnenju večine moških in žensk ne dogaja, vendar pa se pojavijo 2 moška, ki se jima to dogaja pogosto in 4 moški, ki se jim to dogaja zelo pogosto.



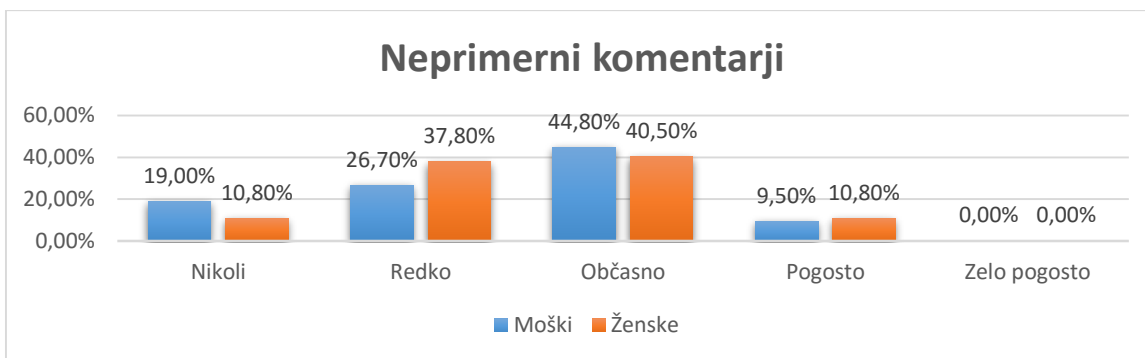
Slika 53: Nadzor nad življenjem tekmovalca zunaj telovadnice

V raziskavi nas je zanimala tudi pogostost neetičnega in nešportnega obnašanja, rezultati sicer kažejo, da je to nekaj kar se ne dogaja ali pa se dogaja zelo redko (77,1% moških in 89,2% žensk pravi, da nikoli), obstajajo pa 4 moški, ki pravijo, da se to dogaja pogosto.



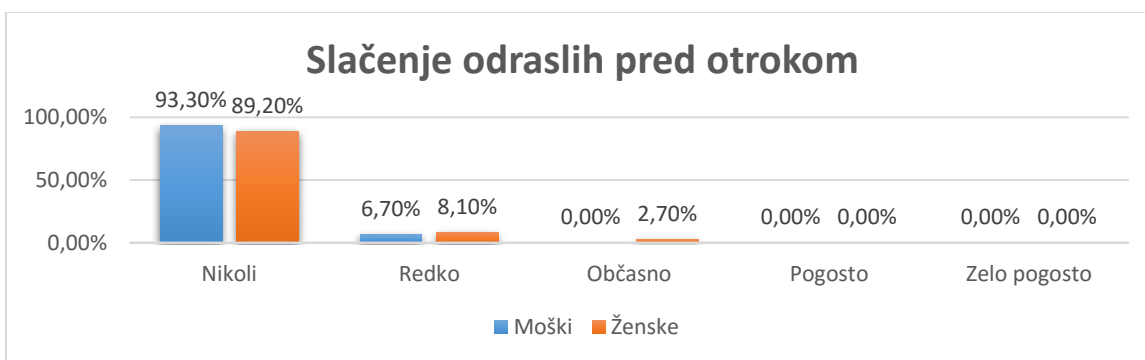
Slika 54: Neetično in nešportno obnašanje

Zanimali so nas tudi neprimerni komentarji, za katere pravi 44,8% moških in 40,5% žensk, da se dogajajo občasno.



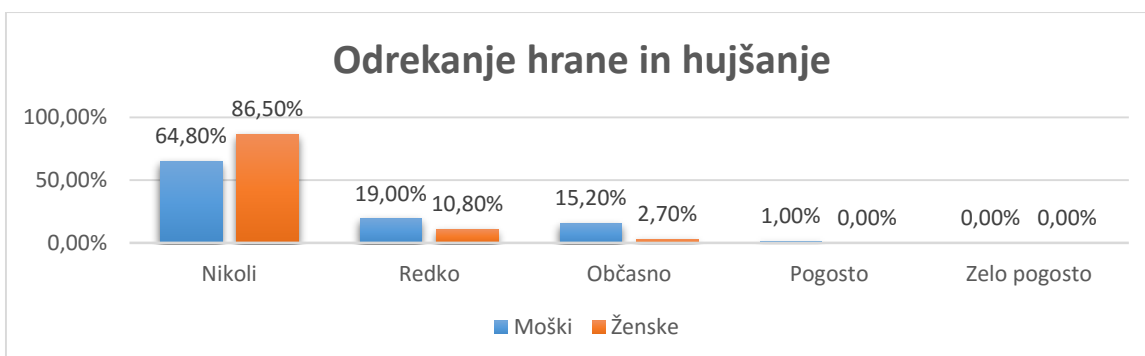
Slika 55: Neprimerni komentarji

Prešli smo tudi na slačenje odraslih pred otrokom, kar se dogaja zelo redko po mnenju naših sodelujočih, 1 ženska pa pravi, da se to dogaja občasno.



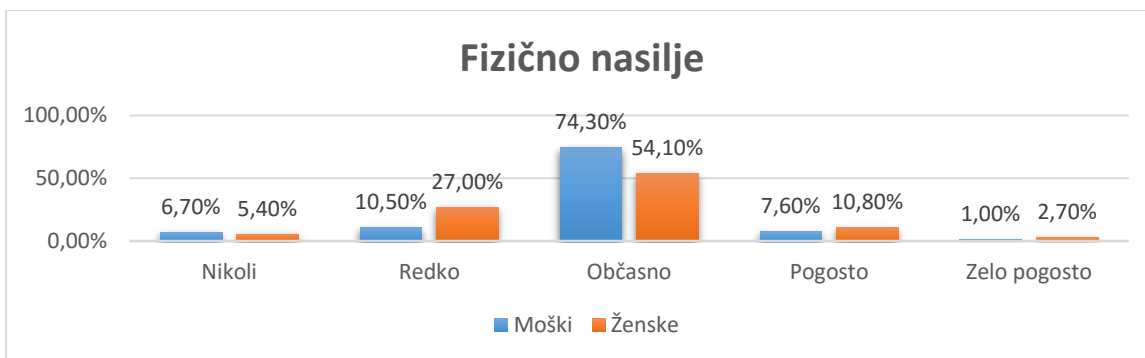
Slika 56: Slačenje odraslih pred otrokom

Pojav odrekanja hrane ali hujšanje je dokaj pogosta stvar pri športnikih, ki poskušajo doseči nižjo kategorijo. Vendar pa po mnenju naših sodelujočih to ni pojav, ki bi bil več kot redek.



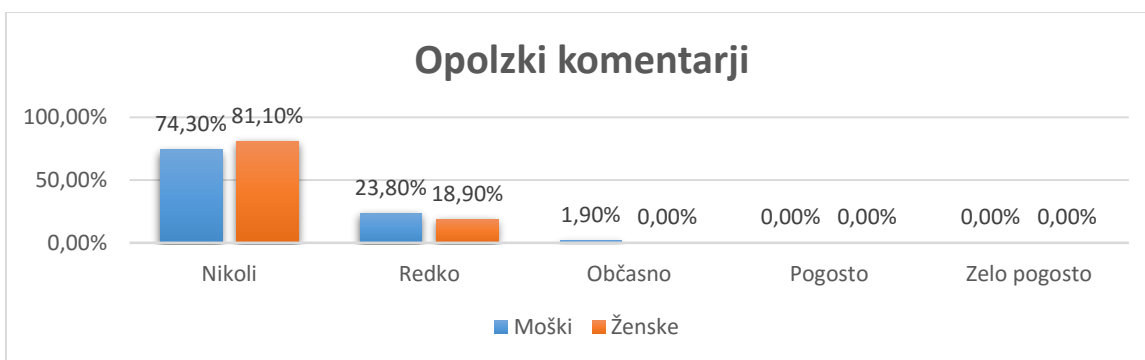
Slika 57: Odrekanje hrane in hujšanje

V naši raziskavi nas je zanimala tudi pogostost fizičnega nasilja (npr. odrivanje, klofutanje, lasanje, brcanje in podobno). Večina moških (74,3%) in večina žensk (54,1%) meni, da se fizično nasilje pojavlja občasno.



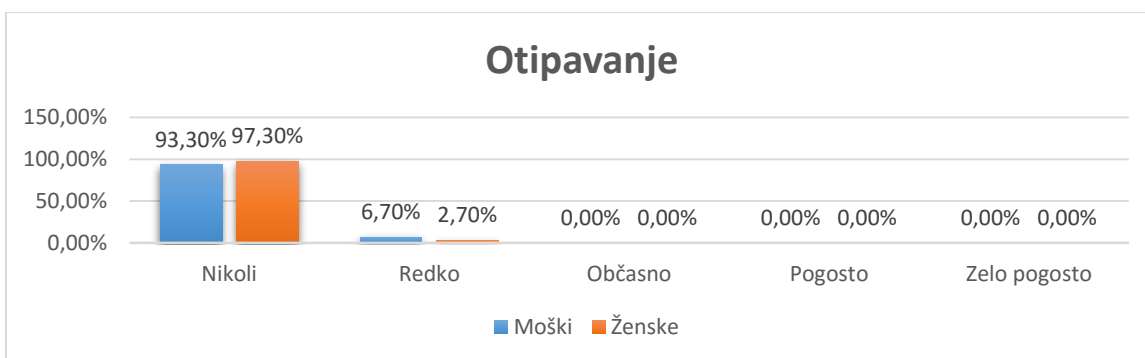
Slika 58: Fizično nasilje

Poleg vseh ostalih pojavnih oblik so nas zanimali tudi opolzki komentarji. Po rezultatih sodeč so zelo redki.



Slika 59: Opolzki komentarji

Logičen preskok od opolzkih komentarjev je otipavanje. Tudi to je zelo redko, zanimivo pa je, da ga redko doživlja 6,7% moških (7 moških) in 2,7% žensk (1 ženska), ostali pa sploh ne.



Slika 60: Otipavanje

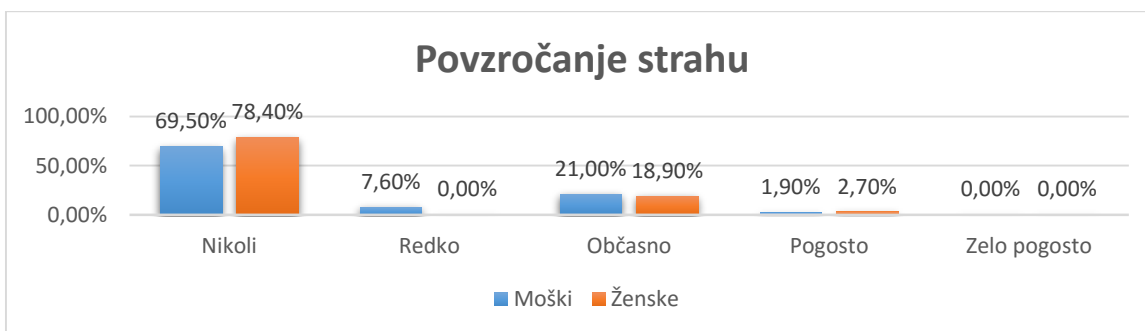
Zanimala nas je tudi pogostost poniževanja osebe na podlagi spola, telesnega izgleda, ipd.. Ta se v klubih borilnih veččin pojavlja zelo redko, občasno pa jo doživlja 1 ženska in 2 moška.





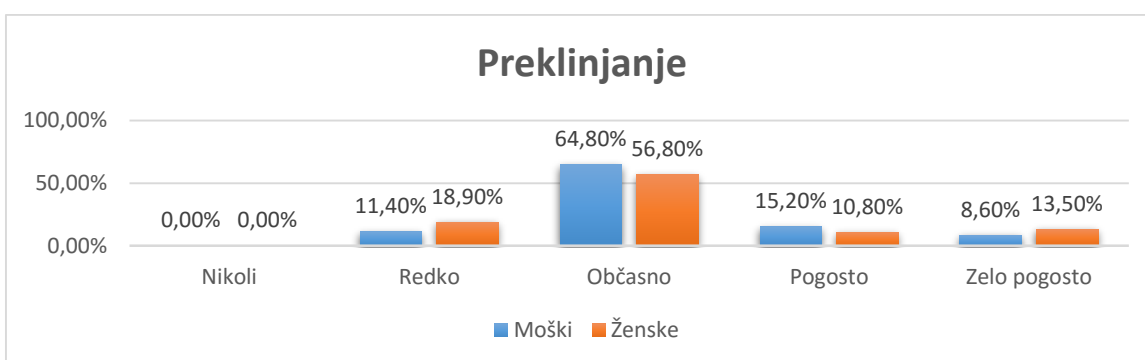
Slika 61: Poniževanje na podlagi spola ali telesnega izgleda

Povzročanje strahu (z grožnjami, zahtevami, ipd.) je dokaj redek pojav. Zanimivo je, da je za 21% moških in 18,9% žensk to občasen pojav, za 1,9% moških in 2,7% žensk pogost, vsi ostali pa pravijo, da se jim sploh ne dogaja.



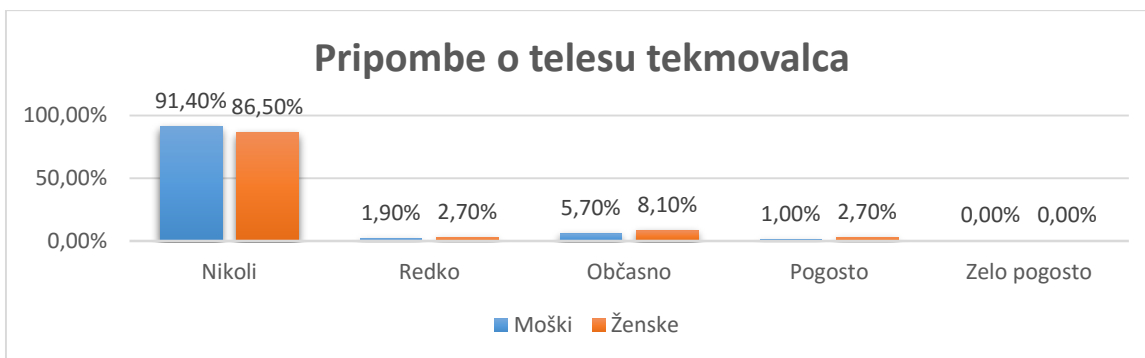
Slika 62: Povzročanje strahu

Preklinjanje se po mnenju 64,8% vprašanih moških in 56,8% vprašanih žensk pojavlja občasno, zanimivo pa je, da nihče ni odgovoril, da se to ne dogaja nikoli.



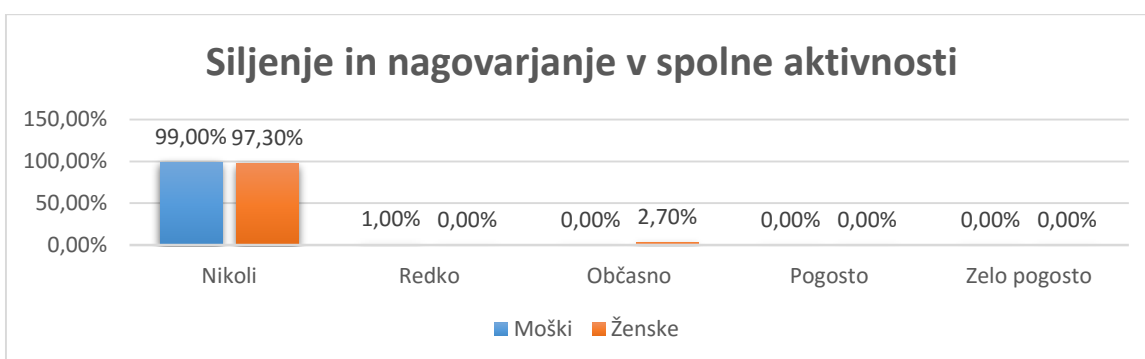
Slika 63: Preklinjanje

Pripombe o telesu tekmovalca se večinoma sploh ne dogajajo, razen za 1 moškega in 1 žensko, ki pravita, da se jima to dogaja pogosto.



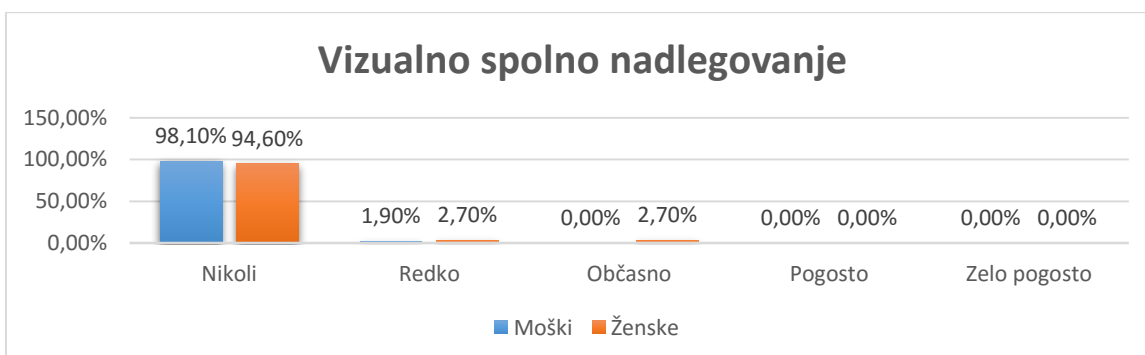
Slika 64: Pripombe o telesu tekmovalca

Kot prva oblika spolnega nasilja nas je zanimalo tudi siljenje in nagovarjanje v spolne aktivnosti. Redko ga doživlja 1 pripadnik moškega spola, občasno pa ga doživlja 1 predstavnica ženskega spola, ostali sploh ne.



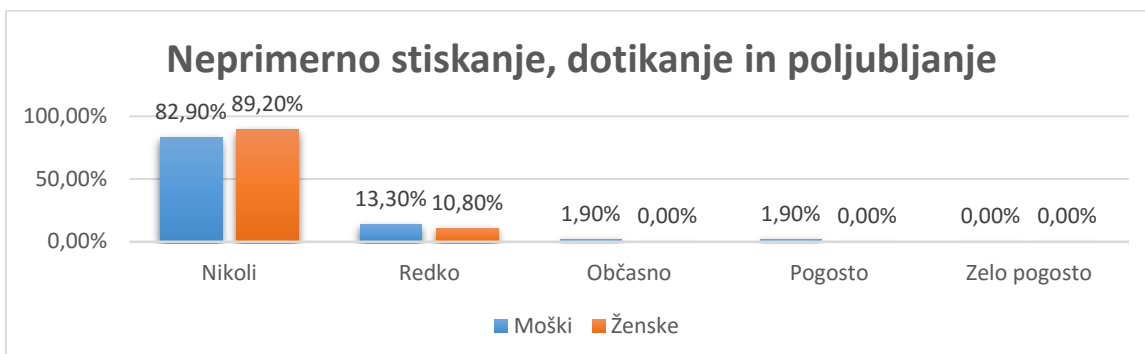
Slika 65: Siljenje in nagovarjanje v spolne aktivnosti

Vizualno spolno nadlegovanje (opazovanje, razkazovanje golega telesa) je pogosto tako nekako kot siljenje in nagovarjanje v spolne aktivnosti. Razlika je le, da ga redko doživljata 2 pripadnika moškega spola in 1 pripadnica ženskega spola, občasno pa ga doživlja 1 ženska.



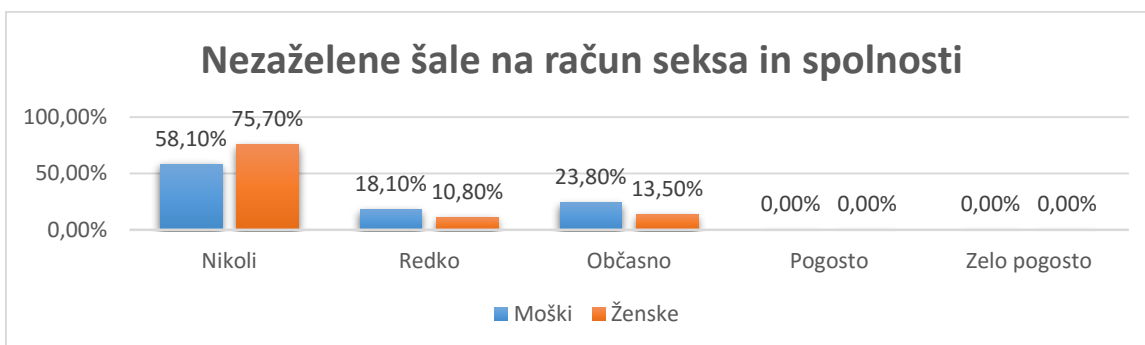
Slika 66: Vizualno spolno nadlegovanje

Zanimalo nas je tudi kako pogosto se pojavlja neprimerno stiskanje, dotikanje in poljubljanje. Zanimivo je, da se dogaja pogosto za 2 moška in občasno za 2 moška, večina ostalih pa tega sploh ne doživlja.



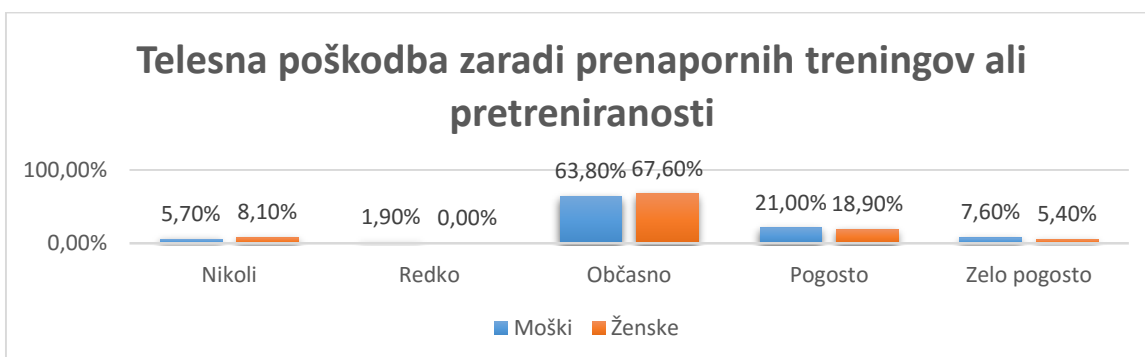
Slika 67: Neprimerno stiskanje, dotikanje in poljubljanje

Nezaželene šale na račun seksa ali spolnosti so tudi dokaj redke, vendar že malo bolj pogoste kot druge oblike.



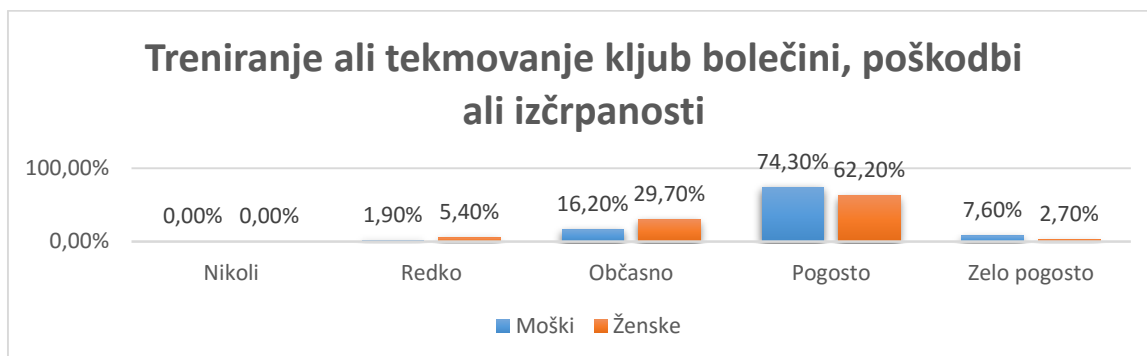
Slika 68: Nezaželene šale na račun seksa in spolnosti

Zanimale so nas tudi telesne poškodbe zaradi prenapornih treningov. Tukaj pa se pokaže, da se večinoma dogajajo občasno (63,8% moških in 67,6% žensk meni tako).



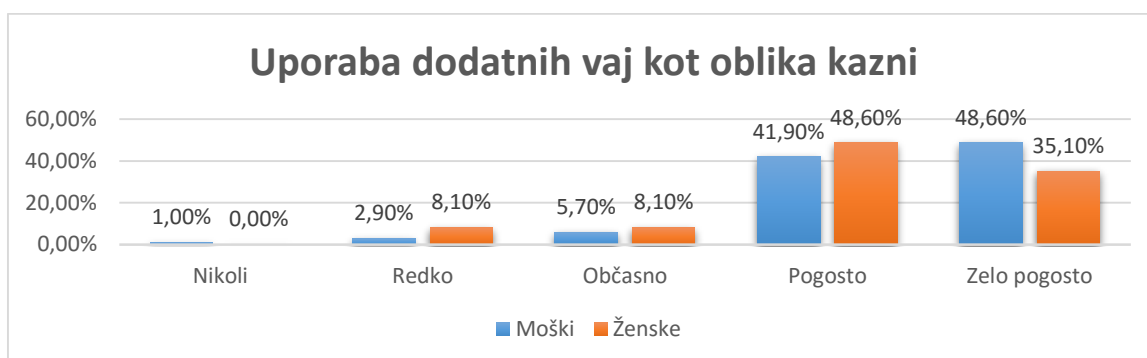
Slika 69: Telesna poškodba zaradi prenapornih treningov ali pretreniranosti

Treniranje ali tekmovanje kljub bolečini, poškodbi ali izčrpanosti je nekaj kar se v klubih borilnih veščin po mnenju 74,3% miških in 62,2% žensk dogaja pogosto.



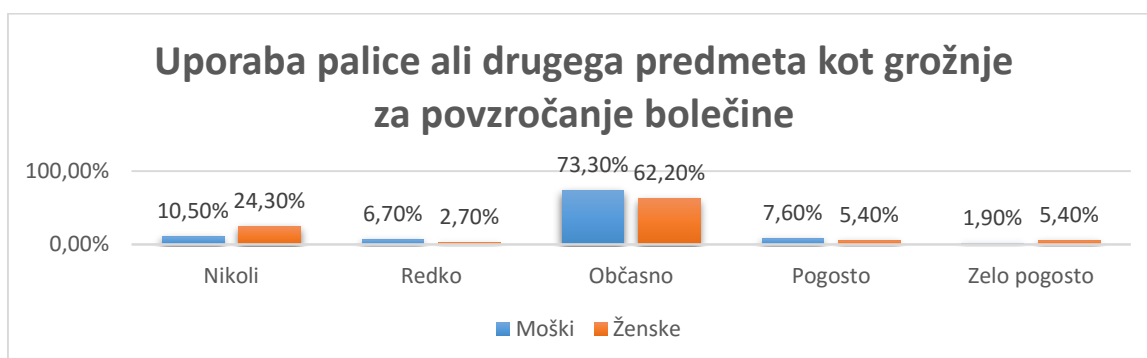
Slika 70: Treniranje ali tekmovanje kljub bolečini, poškodbi ali izčrpanosti

Zanimala nas je tudi uporaba dodatnih vaj kot oblike kazni, odgovori so potrdili naša pričakovanja, takšna oblika kazni se dogaja pogosto ali pa celo zelo pogosto v večini primerov.



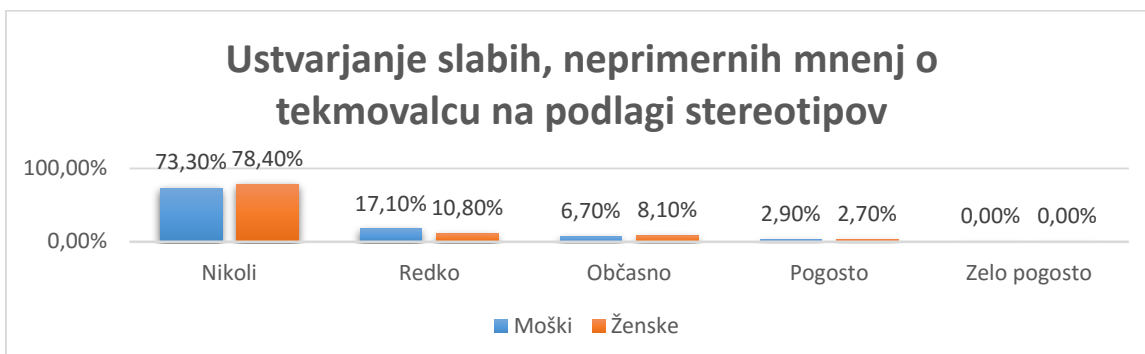
Slika 71: Uporaba dodatnih vaj kot oblika kazni

Uporaba palice ali drugega predmeta kot grožnje za povzročanje bolečine je pojav, ki se pojavlja po mnenju večina moških (73,3%) in večine žensk (62,2%) občasno.



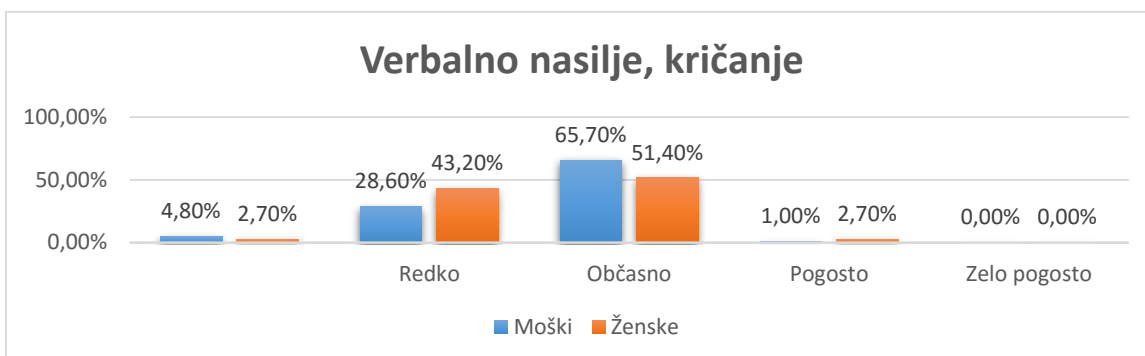
Slika 72: Uporaba palice ali drugega predmeta kot grožnje za povzročanje bolečine

Raziskovali smo tudi ustvarjanje slabih, neprimernih mnenj o tekmovalcu na podlagi stereotipov. Ta praksa se pojavlja zelo redko, obstajajo pa 3 moški in 1 ženska, ki jo doživljajo pogosto.



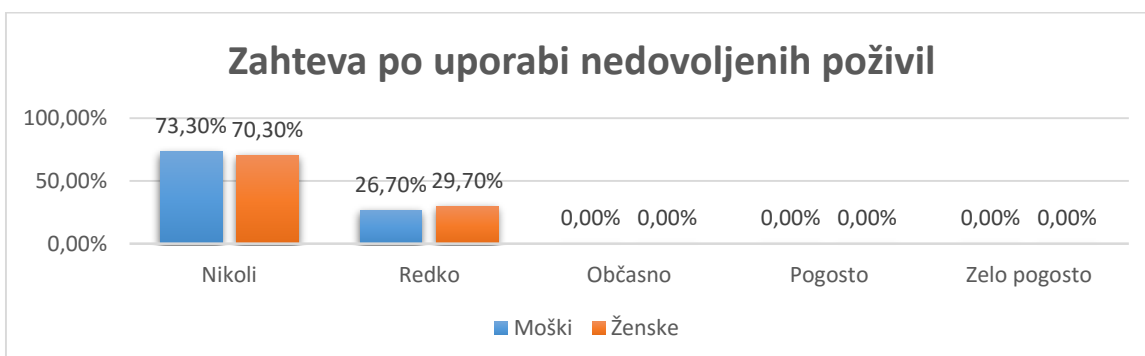
Slika 73: Ustvarjanje slabih ali neprimernih mnenj o tekmovalcu na podlagi stereotipov

Pojav verbalnega nasilja ali kričanja je v klubih borilnih veščin po mnenju vprašanih moških (65,7%) in žensk (51,4%) občasna stvar.



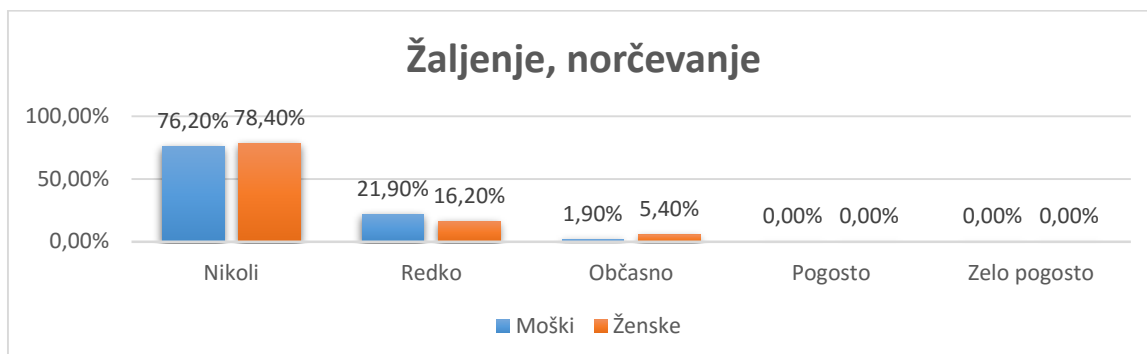
Slika 74: Verbalno nasilje, kričanje

Kot v vseh športnih se tudi v borilnih pojavlja zahteva po uporabi nedovoljenih poživil, vendar pa je redka, saj jo doživi 26,7% moških in 29,7% žensk redko, ostali pa sploh ne.



Slika 75: Zahteva po uporabi nedovoljenih poživil

Za konec tega sklopa pa nas je zanimalo tudi pojavljanje žaljenja in norčevanja. 2 ženski in 2 moška sta odgovorila, da se jim to dogaja občasno, vsi ostali pa da redko ali pa nikoli.

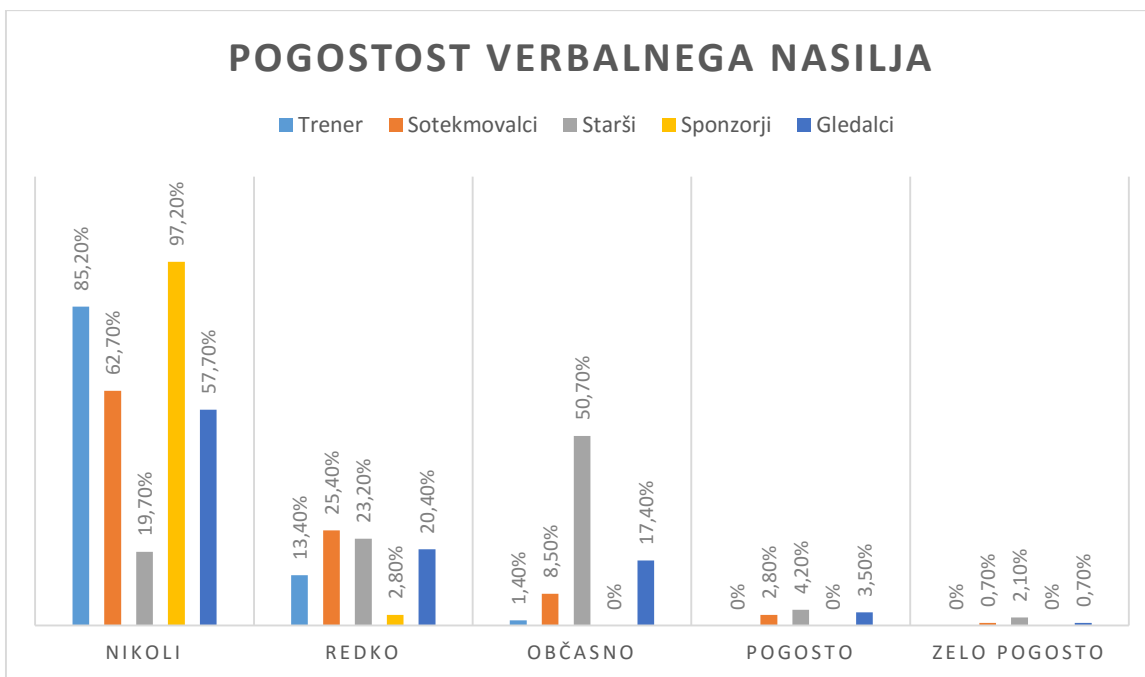


Slika 76: Žaljenje in norčevanje

### ***6.6 Pogostost športnikovega doživljanja verbalnega ali fizičnega nasilja s strani trenerjev, sotekmovalcev, staršev, sponzorjev in gledalcev***

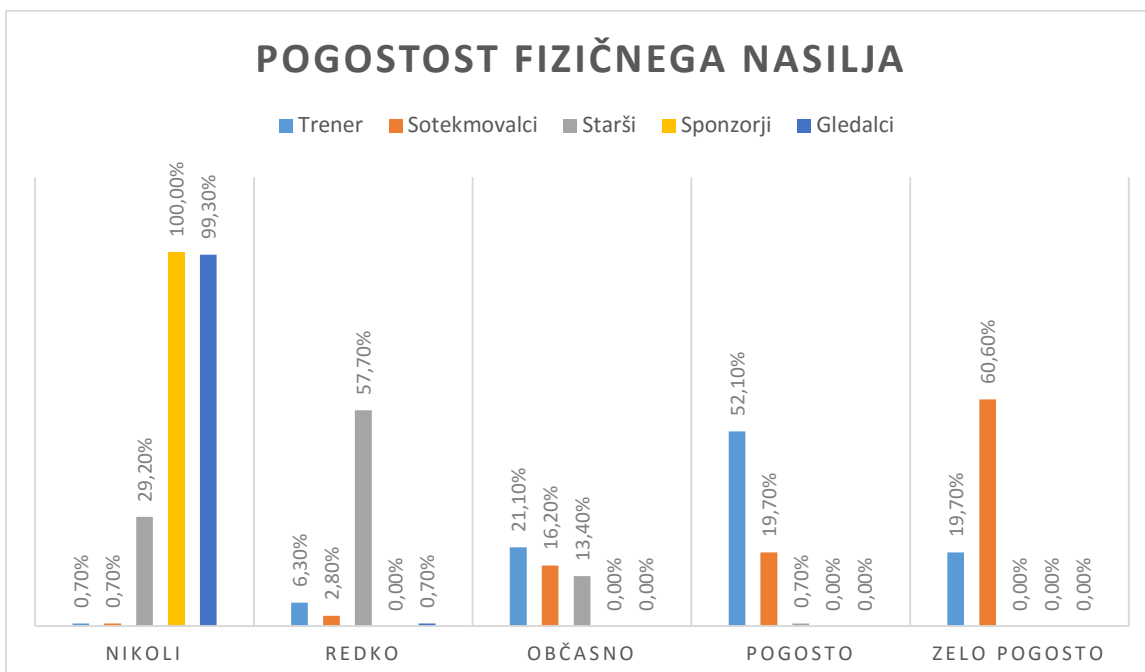
Kot zadnji sklop vprašanj nas je zanimalo kako pogosto so sodelujoči doživeli kaj kar so dojeli kot verbalno ali fizično nasilje od trenerja v matičnem klubu, sotekmovalcev na treningu, staršev, sponzorjev ali gledalcev. Uporabili smo lestvico od 1 do 5, pri čemer pomeni 1 nikoli, 2 redko, 3 občasno, 4 pogosto in 5 zelo pogosto.

Presenetilo nas je, da so starši najpogostejši izvor verbalnega nasilja nad športniki. Zanimivo je tudi, da se nekomu zelo pogosto pojavi verbalno nasilje s strani gledalcev. Večinoma lahko rečemo, da verbalnega nasilja skorajda ni ali pa je redko.



Slika 77: Pogostost verbalnega nasilja nad tekmovalci iz različnih smeri

Zadnji del sklopa se je nanašal na pogostost fizičnega nasilja nad športniki. Pokazalo se je, da je največ fizičnega nasilja med športniki samimi, kar 60,6% jih pravi, da je to zelo pogosto, trenerji pa so poleg vseh ostalih najpogosteje fizično nasilni do športnikov (tako jih pravi 52,1%).



Slika 78: Pogostost fizičnega nasilja nad športniki iz različnih smeri

## *6.7 Povzetek glavnih ugotovitev raziskave*

Najprej začnimo z demografskimi ugotovitvami. Velika večina (73,9%) tistih, ki trenirajo v teh klubih borilnih veščin je moških. Populacija, ki trenira borilne veščine je relativno mlada in sicer v povprečju 20,54 let. Obstaja par posameznikov, ki trenira tudi po 14 ur na teden, kar pomeni vsaj dve uri na dan, če nimajo v tednu enega dneva počitka, v povprečju vprašani trenirajo 5,61 ur na teden. 61,3% vprašanih je začelo borilne veščine trenirati pred 15 letom starosti.

Nadaljujemo z povzetkom karakternih značilnosti trenerjev. Ugotovili smo, da so sposobni trenerji (to je zelo značilno po mnenju 54,9% vprašanih), strogi (da je to značilno ali pa zelo značilno meni kar 77,5% vprašanih), zahtevajo brezpogojno ubogljivost (67,6% vprašanih meni, da je to zelo značilno), niso lahko dostopni in se večinoma odločajo sami o stilu treninga in o stvareh, ki se tičejo tekmovalca. Vendar pa radi dajejo nasvete (to je po mnenju 52,1% vprašanih značilno ali pa zelo značilno za trenerje), motivirajo svoje varovance (33,8% vprašanih pravi, da je to značilno, 33,8% pa jih pravi, da je to celo zelo značilno), prav tako spodbujajo (to je značilno ali pa zelo značilno po mnenju kar 99,3% vseh vprašanih), ne žalijo in jim ni vseeno za tekmovalce. 72,5% vprašanih pravi, da se s trenerjem dobro razumejo. Vendar pa se pokažejo trije posamezniki, ki imajo zelo nasprotno mnenje od večine, kar kaže na slabe izkušnje s trenerji.

Prav tako se podobne ugotovitve pokažejo pri vprašanjih o obnašanju trenerjev ob tekmovalčevem porazu, ki kažejo, da se trenerji občasno jezijo in naštevajo tekmovalcu njihove napake, vendar pa po mnenju 87,3% vprašanih za trenerje ni značilno, da bi se jezili nekonstruktivno. Zelo neznačilno je po mnenju 76,1% vprašanih tudi to, da bi trenerji krivili tekmovalca za poraz, naslednje vprašanje pokaže tudi, da je za trenerje zelo značilno, da kritično analizirajo napake in dobre aspekte tekmovalčevega nastopa in jim nikakor ni vseeno za poraze.

Večina vprašanih (59,2%) se močno strinja s tem, da na tekme hodijo le najbolj pripravljeni in najboljši. 52,1% vprašanih se močno strinja s tem, da če trener kriči na njih jih to še bolj spodbuja. Zanimivo je, da kar 76,1% vprašanih pravi, da se močno strinjajo s trditvijo, da je zmaga edino kar velja. Hudo je tudi, da se 71,9% vprašanih strinja ali pa močno strinja s trditvijo, da trenirajo kljub bolečinam, zato da bi se izognili negativnim sankcijam.

Prešli smo na pogostost pojavljanja neželenih situacij ob treningih borilnih veščin. Čustveno izsiljevanje velika večina nikoli ne doživi ali pa ga redko, vendar pa ga



pogosto doživi 1 moški, 2 ženski pa ga doživljata zelo pogosto. Grožnje s pretepanjem (palico ali drugim predmetom) so dokaj pogoste tako za moške kot za ženske. Izbruhi jeze se dogajajo zelo pogosto. Metanje predmetov v tekmovalca se skorajda ne dogaja. Nadzor nad svojim življenjem doživljajo štirje moški zelo pogosto. Neetično in nešportno obnašanje je skorajda neobstoječe. Fizično nasilje je po mnenju 74,3% vprašanih moških in 54,1% vprašanih žensk občasno. 1 ženska občasno doživlja siljenje in nagovarjanje v spolne aktivnosti. Telesne poškodbe zaradi prenapornih treningov ali pa pretreniranosti doživljajo skoraj vsi vprašani, le redki ne. Treniranje ali tekmovanje kljub bolečini ali izčrpanosti se dogaja po mnenju 74,3% vprašanih moških in 62,2% vprašanih žensk pogosto. Zahteva po uporabi nedovoljenih poživil pa je zelo redka.

Ugotovili smo tudi, da je verbalno nasilje zelo redko, največkrat ga sodelujoči v raziskavi doživljajo s strani svojih staršev. Poleg tega pa smo ugotovili, da največ fizičnega nasilja izvira zelo pogosto iz sotekmovalcev (tako meni 60,6% vprašanih) in da so trenerji po mnenju 52,1% vprašanih pogost izvor fizičnega nasilja.

### **6.8 Testiranje hipotez**

Ob analizi razdeljenih vprašalnikov smo pridobili podatke, s katerimi bomo potrdili ali ovrgli zastavljene hipoteze.

**Hipoteza 1:** Nasilje je postalo sestavni del treninga borilnih veščin v Sloveniji.

Glede na podatke, ki smo jih pridobili s pomočjo vprašalnika, da se s trditvijo, da se izognem negativnim sankcijam sem pripravljen trenirati kljub bolečinam, strinja 71,9% vseh vprašanih in da se s trditvijo, bolečine in poškodbe ter tveganja zanje so del športa in tekmovalci morajo to sprejeti, strinja ali pa močno strinja 57,1% vseh vprašanih. Vse to v kombinaciji z pogostostjo verbalnega nasilja s strani staršev in trenerjev ter s pogostostjo fizičnega nasilja s strani sotekmovalcev (60,6% vseh vprašanih meni, da se dogaja zelo pogosto), nas pripelje do zaključka, da hipotezo 1 potrdimo.

**Hipoteza 2:** Nasilje trenerjev se dogaja pogosto v klubih borilnih veščin.

Dokler se ne opredelimo na točno obliko nasilja trenerjev ampak ga posplošujemo nam rezultati naše raziskave povejo da: se občasno dogaja, da trenerji grozijo s pretepanjem (srednja vrednost odgovorov v tej rubriki je 3,11), so občasno prisotni trenerjevi izbruhi jeze (srednja vrednost odgovorov je 3,27), je občasno tudi preklinjanje (srednja vrednost odgovorov je 3,20) in da je najpogostejša oblika kaznovanja dajanje dodatnih vaj, kar pa se dogaja pogosto (srednja vrednost

odgovorov 4,28). Ob podatkih, da je fizično nasilje trenerja pogosto za 52,1% vseh vprašanih in da so ostale vrednosti pogostosti relativno nizke, lahko zaključimo, da je hipoteza 2 potrjena, saj gledamo na pojavnost nasilja kot na celoto in ugotovimo, da je kar pogosto.

**Hipoteza 3:** Pojavljajo se vse oblike nasilja trenerjev, najpogostejše pa je fizično nasilje.

Naša raziskava na žalost poleg fizičnega nasilja pokaže tudi primere vseh drugih pojavnih oblik nasilja. 2 ženski občutita na lastni koži čustveno izsiljevanje zelo pogosto, 4 moški doživljajo nadzor nad svojim življenjem zunaj telovadnice zelo pogosto, občasno doživlja 1 pripadnica ženskega spola siljenje in nagovarjanje v spolne aktivnosti. Skoraj vsi športniki vsaj redko ali pa v večini primerov bolj pogosto občutijo fizično ali verbalno nasilje s strani trenerjev. Zaradi teh podatkov moramo žal zaključiti, da je hipoteza 3 potrjena.

## 7 Razprava

Pojav vseh oblik nasilja s strani trenerjev v klubih borilnih veščin je hkrati pričakovan in nepričakovan, vendar gremo sedaj lepo po vrsti.

Fizično nasilje kot sestavni del borilne veščine že več kot 3000 let predstavlja temelj na katerem gradimo naše spretnosti, borimo se za čast, za zmago in za znanje. Lahko se borimo med sabo ali s sabo, odvisno je le na kateri stopnji znanja borilne veščine smo trenutno. Vendar pa kljub stari mentaliteti, ki nas jo učijo že od nekdanj, naj nikoli ne odnehamo, naj uživamo v bolečini in da naj sklonimo glavo le v znak spoštovanja, ni pravilno, da je fizično nasilje postalo tako vse prežemajoče, da ne vidimo več, da nekatere stvari ne sodijo v svet kjer se zadržujejo otroci in odraščajoči mladostniki. Treniranje do onemoglosti in treniranje skozi bolečine, ki nam jih prizadene trening sam ali pa si jih zadamo med sabo, mogoče jih tudi dobimo zadane od naših trenerjev, ni pravilno iz več vidikov. Vodi v poškodbe, za katerimi trpimo vsako leto našega odraščanja in staranja bolj, vodi v nesreče, ki imajo lahko tudi hujše posledice in vodi v propad samopodobe, če tega nismo zmožni storiti ostali pa lahko. Vse to in še več se nam dogaja vsakodnevno pa vendar imamo znano angleško mantro, ki jo sedaj vidite v vsakem fitnessu, »No pain, no gain«. Po eni strani je to vse res, veliko fundamentalnih principov, udarcev in stavov v borilnih veščinah je težavnih in zahteva veliko fizično spretnost, kar pa je večinoma pridobljeno z vztrajnostjo, trdim delom, repeticijo in na koncu stresom za telo (kar pa je večinoma tako ali drugače boleče). Vse to preden sploh pridemo do tistega žara borbe, ki je neizogiben pri treningu borilnih veščin. Vse

to preden nam nekdo poskuša zadati udarec in vse to preden sploh stopimo v ring. Vendar je to popolnoma sprejemljivo, saj so vendar le borilne veščine. Kmalu v naši ali pa trenerjevi želji po boljših rezultatih, boljši ubogljivosti ali pa boljši spretnosti dobimo kakšen udarec samo za to, da si zapolnimo, da je nekaj narejeno narobe, kazen. Sam se spomnim kako sem se naučil pravilnega borbenega stava, preveč sem si pokrival glavo in sem tako imel odprt trup, trener mi je to nazorno pokazal z nekaj udarci direktno v odprte ledvice, od takrat naprej nisem več imel problemov z preveč pokrito glavo. Vendar pa je to postopek treninga, vedno se pobereš in vsakič ko vstaneš si boljši. Vprašanje je le kje lahko potegnemo črto, kje je meja med sprejemljivim delom fizičnega nasilja in kje se začne nesprejemljivi del. Vse to se dogaja počasi, v zadnjih parih letih smo bili priča več poskusom regulacije športnih borilnih veščin, čez nekaj let bomo mogoče že razumeli kaj je preveč in kaj je premalo fizičnega nasilja v športnih borilnih veščinah. Fizično nasilje trenerjev pa je nemogoče regulirati, mogoče bo to uspelo kakšni novejši borilni veščini, klasične se iz principa ne premikajo iz starega sistema podrejanja od vajenca do mojstra. Najbolje bi bilo, če bi starši svoje otroke vsake toliko časa preverili in ob odkritju prekomernega fizičnega nasilja stopili do trenerja, ki jim lahko razloži zakaj in kako je prišlo do tega. Mogoče je kdaj potrebna tudi kazenska ovadba, vendar pa je treba razmišljati kritično, konec koncev otrok trenira borilne veščine, poškodbe in nasilje so že v imenu.

Nadaljujemo lahko z verbalnim nasiljem, vidimo ga povsod, doma, v službi, tudi na treningu. Naj bo to trener, ki vrešči na neposlušne otroke, naj bosta to vajenca, ki sta se sprla. Najdemo ga povsod. Seveda je lahko uporabljen tudi kot motivacijsko sredstvo, veliko tehnik temelji na zbujanju občutka jeze pred tekmo v mišljenju, da to pomaga, vendar pa je večinoma zlorabljen v izkazovanju navidezne dominance. Žalitve in opazke so večinoma izrečene v jezi ali frustracijah, dogajajo se tudi pri borilnih veščinah, vendar lahko povem iz lastnih izkušenj, da so večinoma namenjene ljudem na isti hierarhični ravnini in ne višje ali nižje, saj klasične borilne veščine učijo spoštovanja šibkejših (protekcija) in spoštovanja močnejših ali izkušenejših (učenje za izboljšanje samega sebe). To sicer ne pomeni, da se ne dogajajo spori med mojstrom in vajencem, vendar pa so redki. Mogoče bi tega bilo več v raziskavi, če bi jo odnesel izven zaprtega kroga klasičnih borilnih veščin v krog novodobnih borilnih veščin.

Psihično nasilje oziroma stvari ali dejanja, ki jih uvrščamo pod psihično nasilje so v okviru borilnih veščin uporabljeni kot sredstvo za motivacijo ali pa kot utrjevanje oziroma izpopolnjevanje zmožnosti borbe. Logika je popolna, če se navadiš normalno delovati v pogojih ko si zlomljen in ne veš kje se te drži glava, boš optimalno deloval v pogojih, ki so milejši kot to. Vse to je lepo in prav, definitivno nam pomaga premagati

ovire ali nasprotnike, vendar pa moramo spet opozoriti na zabrisanost meje med sprejemljivo količino in oblikami takšnega nasilja in med nesprejemljivo. Na žalost se opažajo tudi primeri, ko takšno nasilje ni uporabljeno za namene treninga ampak za sebične namene trenerja vendar so osamljeni, verjetno zaradi že omenjenega rigidnega sistema vrednot klasičnih borilnih veščin.

Spolnega in ekonomskega nasilja je v klubih borilnih veščin malo, obstajajo sicer osamljeni primeri, mogoče jih je več, saj je to hud udarec za žrtev in ji verjetno ponos ne dovoljuje priznanja takšnega poraza. Presenetilo me je že to, da so se takšne oblike sploh pojavile, sam sem bil mnenja, da je to na takšnih treningih skorajda nemogoče. Lahko da je to odvisno od posameznikove izkušnje. Škoda je, da nisem našel podatka o kaznovanosti trenerjev borilnih veščin za te skupine nasilja, mogoče bi bolje orisalo pravo situacijo na našem področju.

Poleg vsega tega pa je potrebno omeniti tudi to, da je reševanje anket zelo subjektivno. Nekaj ljudi je pristopilo do mene in mi prišepnilo, da dokler niso prebrali tega v anketi, niso dojemali nekega dejanja kot nasilnega ampak kot nekaj vsakdanjega. Možno je tudi, da so nekateri nekaj kar se pojavi enkrat na mesec označili za zelo pogosto nekateri pa kot redko. To sicer ne omili njihovega trpljenja v primeru, da so žrtve, ampak s prstom pokaže in izpostavi tiste, ki so pripravljeni potrpeti vse in tiste, ki na to gledajo realno ali pa nerealno, odvisno od resnice, ki pa je na žalost tukaj za te primere ne moremo ugotoviti.

Trenerji so očitno dobro usposobljeni v delu z tekmovalci, kar je po eni strani presenetljivo, saj nekateri trenerji sploh niso tekmovali v svoji karieri. Svojim varovancem so v času stiske večinoma moralna opora in jim pomagajo izvleči iz tekmovanja kar se da veliko. Občasno uporabijo tudi kakšno malo manj dobro tehniko, v večini je to vpitje v jezi na svojega varovanca, vendar pa očitno ne počnejo nič drastičnega ali hujšega kot pa vsi ostali udeleženci ali pa gledalci.

Kar pokaže zadnji in najbolj skriti problem celotnega nasilja trenerjev v borilnih veščinah: večinoma je smatrano kot nekaj dobrega. Mladostnik pride s treninga v modricah, ki so popolne valjaste oblike, potarna doma mami, da jih je skupil od trenerja s palico zaradi površnega izvajanja tehnik. Mama mu odgovori, da je to nekaj povsem normalnega, da si je že zaslužil in da naslednjič ne bo ponovil iste napake ali pa ga vsaj ne bo tako bolelo saj bo že navajen. Mogoče res, do neke mere, vendar pa to ne pelje nikamor, mogoče si tega mladostnik ni želel in bo imel zato trajne posledice, mogoče mu nič ne bo in bo zato boljši, nikoli ne moremo vedeti, dokler ni

prepozno. In to je največja težava nasilja trenerjev, večinoma je vidno prepozno, posledice so lahko dolgoročne, če pa je opaženo pa je smatrano kot del treninga.

Kot sem že omenil, mogoče bi rezultati bili drugačni, če bi lahko vključil več novodobnih borilnih veščin, saj mogoče nimajo tako dobro razdelanih in ukoreninjenih sistemov vrednot kot klasične. Namen je sicer bil takšen, vendar se dva kluba nista strinjala z izvedbo raziskave zaradi neznanih razlogov.

Vendar vse ni tako grozno in črno kot predstavljam, to mnenje podprejo tudi rezultati analizirane raziskave. Trenerji večinoma niso nasilni bolj kot je to dovoljeno, njihovi varovanci imajo dober odnos z njimi, rezultati so dobri, vsi napredujejo na svoji poti do popolnosti borilne veščine in nihče ne kaže znakov obupa ali prenehanja treninga. Borilne veščine klasičnih šol so dobra pot za učenje fizičnih spretnosti, za učenje samoobrambe in za učenje vrednot bojevnikov, ki so stali pred nami. Pomagajo nam pri osebni rasti, pripisujejo jim blagodejni učinek na težave z izbruhi jeze, dajo otrokom nek kar se da varen izpust energije in nas utrjujejo v vseh pogledih življenja.

## 8 Uporabljeni viri

Adams, Sullivan, Bybee, Greeson (2008). Development of the Scale of Economic Abuse. Pridobljeno na: <http://vaw.sagepub.com/content/14/5/563>

Addler, U. B. (2003). *Karate and mental health: Can the practice of an martial art reduce aggressive tendencies?*. Pridobljeno na <http://digitalcommons.pace.edu/dissertations/AAI3080475/>

Balažic, P. (2007). Nasilje nad otroki v družini. V G. Meško (ur.), *Izbrana poglavja iz viktimologije 1* (str. 79-94). Ljubljana: Fakulteta za varnostne vede.

Društvo za nenasilno komunikacijo (DNK). (n. d.). *O nasilju*. Pridobljeno 8.2.2016 na: <http://www.drustvo-dnk.si/o-nasilju.html>

Leonard, W. Marcellus (1988). *A Sociological Perspective of Sport (Third Edition)*. New York: Macmillan Publishing Company.

Marasovič, M. (2007). Žrtve spolnega nasilja. V G. Meško (ur.), *Izbrana poglavja iz viktimologije 1* (str. 167-185). Ljubljana: Fakulteta za varnostne vede.

Mušič, T. (2010). Kratek prikaz stanja in aktivnosti policije pri preprečevanju in preiskovanju kaznivih dejanj na področju nasilja v družini. V A. Dvoršek (ur.), *Nasilje*

v družini: kazensko pravni, kriminalistični in kriminološki problemi (str. 45-69). Ljubljana: Fakulteta za varnostne vede.

Policija (2005). Spolno nasilje. Pridobljeno na: <http://www.ssgt-mb.si/files/2015/01/spolnoNasilje.pdf>

Remic, Z. (2007). Žrtve nasilja v zaporu. V G. Meško (ur.), *Izbrana poglavja iz viktimologije 1* (str. 188-202). Ljubljana: Fakulteta za varnostne vede.

Sekot, A. (2009). Violence in Sports. *European Journal for Sport and Society*, 6(1), 37-49.

Spencer, D. C. (2012). *Ultimate Fighting and Embodiment: Violence, Gender and Mixed Martial Arts*. New York: Routledge.

Terry, Peter C. in Jackson, John J. (1985). The Determinants and Control of Violence in Sport. *Quest*, 37(1), 27-37.

The Economist (2015). Fair game?. Pridobljeno na: <http://www.economist.com/news/international/21639527-courts-are-increasingly-being-asked-rule-injuries-inflicted-during-games-fair-game>

Vanček, N. (2002). Spolno nasilje. V K. Aničič (ur.), *Nasilje, nenasilje* (str. 149-167). Ljubljana: IZ.

Vertonghen, J. in Theeboom, M. (2010). *The social-psychological outcomes of martial arts practise: a review*. Pridobljeno na [http://www.researchgate.net/publication/258035952\\_The\\_social-psychological\\_outcomes\\_of\\_martial\\_arts\\_practise\\_among\\_youth\\_a\\_review](http://www.researchgate.net/publication/258035952_The_social-psychological_outcomes_of_martial_arts_practise_among_youth_a_review).

World Health Organisation. (2015). Definition and Topology of violence. Pridobljeno na <http://www.who.int/violenceprevention/approach/definition/en>

Zakon o preprečevanju nasilja v družini (ZPND), Uradni list RS, št. 16/08.

## 9 Priloge

### Anketa - Nasilje trenerjev v klubih borilnih veščin

Pozdravljeni.

Sem Aleksander Valant, študent univerzitetnega študija na Fakulteti za varnostne vede v Ljubljani. Svoj študij zaključujem z raziskavo, v kateri analiziram različne vidike nasilja trenerjev v klubih borilnih veščin z vidika posameznega športnika.

Prosim vas, da si v nadaljevanju vzamete čas in odgovorite na zastavljena vprašanja. Izpolnjevanje anketnega vprašalnika je anonimno in prostovoljno, rezultati pa bodo uporabljeni izključno za pisanje diplomske naloge. Vsi odgovori bodo predstavljeni zgolj v zbirni obliki, tako da nihče ne bo mogel ugotoviti vaših konkretnih odgovorov.

Prosim vas za iskrene odgovore.

Aleksander Valant

V nadaljevanju vas prosim, da ocenite nekatere značilnosti vašega trenerja v klubu. Pri vsaki od značilnosti ocenite, v kolikšni meri je to značilno ali neznačilno za posameznega trenerja. Pri tem uporabite lestvico od 1 do 5, pri čemer 1 pomeni, da nekaj sploh ni značilno za trenerja, 5 pa, da je zelo značilno za trenerja.

a. dopušča mi samostojne odločitve	1	2	3	4	5
b. uporablja dvosmerno komunikacijo	1	2	3	4	5
c. je lahko dostopen	1	2	3	4	5
d. daje povratne informacije	1	2	3	4	5
e. ne dopušča razpravljanja	1	2	3	4	5
f. o pomembnejših odločitvah se trener posvetuje s tekmovalci	1	2	3	4	5
g. z njim je lahko komunicirati	1	2	3	4	5
h. pri treningih me dobro usmerja	1	2	3	4	5
i. sam odloča in planira aktivnosti, povezane z mano	1	2	3	4	5
j. sprejema in spoštuje moje mnenje, odločitve	1	2	3	4	5
k. naklonjen je strogemu treningu, ki je usmerjen k realizaciji ciljev	1	2	3	4	5
l. trener tekmovalcem pušča proste roke	1	2	3	4	5
m. trener pogosto ukazuje in prepoveduje	1	2	3	4	5
n. trener rad daje nasvete, ko se obrnem nanj	1	2	3	4	5
o. trener zahteva brezpogojno ubogljivost	1	2	3	4	5
p. trener me kritizira	1	2	3	4	5
q. trener me motivira pred treningom ali tekmo	1	2	3	4	5
r. trener me spodbuja	1	2	3	4	5
s. trener me žali ali ponižuje	1	2	3	4	5
t. mu je vseeno zame	1	2	3	4	5
u. s trenerjem se dobro razumem	1	2	3	4	5
v. trener je pogosto nesramen do mene	1	2	3	4	5
w. trener je pogosto nesramen do drugih tekmovalcev	1	2	3	4	5



Ocenite prosim vedenje trener po koncu tekmovanja v primeru poraza? Pri tem uporabite lestvico od 1 do 5, pri čemer 1 pomeni, da nekaj sploh ni značilno za trenerja, 5 pa, da je zelo značilno za trenerja.

a) Se jezi name in mi v jezi našteje napake 5	1	2	3	4
b) Se jezi name in mi ne pove napak 5	1	2	3	4
c) Krivi me za poraz 5	1	2	3	4
d) Kritično mi pove moje napake in tudi dobre stvari 5	1	2	3	4
e) Mu je vseeno 5	1	2	3	4
f) Me tolaži, da bo drugič bolje 5	1	2	3	4
g) Je žaljiv do mene 5	1	2	3	4

Zamislite si, da bi bil trener do vas nesramen, žaljiv. Kako takšno vedenje trenerja vpliva na vaš nastop na tekmovanju? Uporabite lestvico od 1 do 5, pri čemer 1 pomeni, da se s trditvijo sploh ne strinjate, 5 pa, da se s trditvijo močno strinjate.

a) Me motivira, sprejemem to kot izziv za boljši nastop 5	1	2	3	4
b) Se ne obremenjujem z njegovim vedenjem 5	1	2	3	4
c) Me razjezi 5	1	2	3	4
d) Občutim krivdo, ponižanje 5	1	2	3	4
e) Mi je vseeno 5	1	2	3	4
f) Me vrže iz tira 5	1	2	3	4
g) Najraje bi se odpovedal tekmovanju 5	1	2	3	4

Obkrožite, v kolikšni meri se strinjate oziroma ne strinjate z naslednjimi trditvami. Uporabite lestvico od 1 do 5, pri čemer 1 pomeni, da se s trditvijo sploh ne strinjate, 5 pa, da se s trditvijo kočno strinjate.

Na tekme hodijo le najbolj pripravljeni in najboljši.	1	2	3	4	5
Če trener kriči name, me s tem še bolj spodbuja in še bolje treniram.	1	2	3	4	5
Kričanje je povsem običajno za naš šport.	1	2	3	4	5
Zmaga je edino, kar velja.	1	2	3	4	5
Da se izognem negativnim sankcijam (npr. ignoriranje s strani sotekmovalcev/trenerja, posmehovanju, izločitvi iz ekipe), sem pripravljen trenirati kljub bolečinam.	1	2	3	4	5
Bolečine, poškodbe ter tveganja zanje so del športa in tekmovalci morajo to sprejeti.	1	2	3	4	5
Ženske morajo biti trenirane na enak način kot moški.	1	2	3	4	5

Na treningih se lahko, ali pa tudi ne, srečujemo z nezaželenimi situacijami. Označite, kako pogosto ste jih vi osebno doživeli. Uporabite lestvico od 1 do 5, pri čemer 1 pomeni, da se s situacijo ne srečujeteš nikoli, 2 - redko, 3 - občasno, 4 - pogosto, 5 - zelo pogosto.

čustveno izsiljevanje	1	2	3	4	5
govorjenje tekmovalcu, da je ničvreden	1	2	3	4	5
grožnja s pretepanjem (palico ali drugim predmetom)	1	2	3	4	5
ignoriranje tekmovalca	1	2	3	4	5
izbruhi jeze	1	2	3	4	5
kretnje s seksualno vsebino	1	2	3	4	5
Valjenje krivde na tekmovalca za vse nastale probleme	1	2	3	4	5
metanje predmetov v tekmovalca (npr. športni rekviziti)	1	2	3	4	5
nadzor nad življenjem tekmovalca zunaj telovadnice	1	2	3	4	5
neetično, nešportno obnašanje	1	2	3	4	5
Neprimerni komentarji	1	2	3	4	5
Slačenje odraslih pred otrokom	1	2	3	4	5
odrekanje hrane, hujšanje	1	2	3	4	5
Fizično nasilje (npr. odiranje, klofutanje, lasanje, brcanj in podobno)	1	2	3	4	5
opolzki komentarji	1	2	3	4	5

Otipavanje	1	2	3	4	5
poniževanje osebe na podlagi spola, telesnega izgleda, ipd.	1	2	3	4	5
povzročanje strahu (z grožnjami, zahtevami ipd.)	1	2	3	4	5
Preklinjanje	1	2	3	4	5
pripombe o telesu tekmovalca	1	2	3	4	5
Siljenje, nagovarjanje v spolne aktivnosti	1	2	3	4	5
Vizualno spolno nadlegovanje (opazovanje, razkazovanje golega telesa)	1	2	3	4	5
Neprimerno stiskanje, dotikanje in poljubljanje	1	2	3	4	5
Nezaželene šale na račun seksa, spolnosti	1	2	3	4	5
telesna poškodba zaradi prenapornih treningov, pretreniranosti	1	2	3	4	5
treniranje, tekmovanje kljub bolečini, poškodbi, izčrpanosti	1	2	3	4	5
uporaba dodatnih vaj kot obliko kazni	1	2	3	4	5
uporaba palice ali drugega predmeta kot grožnje za povzročanje bolečine	1	2	3	4	5
ustvarjanje slabih, neprimernih mnenj o tekmovalcu na podlagi stereotipov	1	2	3	4	5
verbalno nasilje, kričanje	1	2	3	4	5
zahteva po uporabi nedovoljenih poživil	1	2	3	4	5
Žaljenje, norčevanje	1	2	3	4	5

Ali ste kdaj od koga izmed naštetih doživeli kaj, kar ste dojali kot verbalno nasilje (kričanje, zmerjanje, žalitve). Uporabite lestvico od 1 do 5, pri čemer 1 pomeni, da ste nasilja niste doživeli nikoli, 2 - redko, 3 - občasno, 4 - pogosto, 5 - zelo pogosto.

a) trener v matičnem klubu	1	2	3	4	5
b) sotekmovalci na treningu	1	2	3	4	5
c) starši	1	2	3	4	5
d) sponzorji	1	2	3	4	5
e) gledalci	1	2	3	4	5

Ali ste kdaj od koga izmed naštetih doživeli kaj, kar ste dojeli kot fizično nasilje (klofute, udarci, in podobno). Uporabite lestvico od 1 do 5, pri čemer 1 pomeni, da ste nasilja niste doživeli nikoli, 2 - redko, 3 - občasno, 4 - pogosto, 5 - zelo pogosto.

a. trener v matičnem klubu	1	2	3	4	5
b. sotekmovalci na treningu	1	2	3	4	5
c. starši	1	2	3	4	5
d. sponzorji	1	2	3	4	5
e. gledalci	1	2	3	4	5

Zahvaljujem se vam za sodelovanje v anketi in vam želim uspešen trening še naprej.

Aleksander Valant

Za potrebe statistične analize potrebujemo tudi nekaj demografskih podatkov.

- a) Moški
- b) Ženska

Starost: \_\_\_\_\_ let

Tedensko število ur, ki jih porabiš za treninge v klubu? \_\_\_\_\_ ur

Kdaj si začel/-a trenirati borilne veščine (starost)? \_\_\_\_\_

Koliko let že aktivno treniraš borilne veščine? \_\_\_\_\_ let