



Univerza v Mariboru

---

Fakulteta za varnostne vede

## MAGISTRSKO DELO

Doživljanje nasilja med vrhunskimi športniki v Sloveniji: primer  
taekwon-do

Maj, 2017

Saša Sirše



Univerza v Mariboru

---

Fakulteta za varnostne vede

## MAGISTRSKO DELO

Doživljanje nasilja med vrhunskimi športniki v Sloveniji: primer  
taekwon-do

Maj, 2017

Saša Sirše

Mentor:izr. prof. dr. Branko Lobnikar

*»Človeka osrečijo njegovi lastni napor.  
Vse, kar res šteje v življenju, nikoli ne pride zlahka.  
Potrebno se je boriti in vztrajati.«  
Naznani avtor*

## **ZAHVALA**

Posebna zahvala gre družini za podporo v času študija.

Zahvaljujem se mentorju izr. prof. dr. Branku Lobnikarju za pomoč, nasvete, popravke in strokovno usmerjanje pri pisanju magistrskega dela.

Zahvaljujem se tudi trenerjema reprezentance, Ismetu Ičanoviću in Petru Landekerju, za pomoč pri izvedbi raziskave ter za njune ideje, poglede in mnenja, ki smo si jih izmenjali na treningih in tekmovanjih na tematiko nasilja v športu.

Hvala tudi vsem »sotrpinom« v reprezentanci, ki so s svojim sodelovanjem v raziskavi omogočili nastanek pričujoče naloge.

# KAZALO VSEBINE

POVZETEK .....	6
SUMMARY - EXPERIENCING VIOLENCE AMONG ELITE ATHLETES IN SLOVENIA: CASE STUDY OF TAEKWON-DO.....	7
1 UVOD .....	8
1.1 OPREDELITEV PROBLEMA .....	8
1.2 NAMEN IN CILJI.....	9
2 ŠPORT.....	10
2.1 ŠPORT KOT DRUŽBENA INSTITUCIJA .....	13
2.2 VRHUNSKI ŠPORT .....	14
2.2.1 PROBLEMATIKA REKREATIVNIH ŠPORTNIKOV .....	16
3 TAEKWON-DO .....	18
3.1 TEKMOVALNA PRAVILA .....	20
3.1.1 SPLOŠNA TEKMOVALNA PRAVILA .....	20
3.1.2 TEKMOVALNA PRAVILA POSAMEZNIH DISCIPLIN .....	22
4 NASILJE.....	27
4.1 NASILJE ALI AGRESIVNOST?.....	27
4.1.1 AGRESIVNOST .....	27
4.1.2 NASILJE .....	30
4.2 OBLIKE NASILJA .....	33
4.2.1 PSIHIČNO NASILJE .....	33
4.2.2 TELESNO ALI FIZIČNO NASILJE.....	35
4.2.3 SPOLNO NASILJE.....	36
4.2.4 EKONOMSKO NASILJE .....	39
4.2.5 ZANEMARJANJE.....	40
4.2.6 STRUKTURNO (SISTEMSKO) NASILJE .....	40
4.2.7 INSTITUCIONALNO NASILJE .....	41
5 NASILJE V ŠPORTU .....	43
5.1 VERBALNO IN PSIHIČNO NASILJE.....	47
5.1.1 ČUSTVENA ZLORABA .....	47
5.1.2 TRPINČENJE (MOBING, ŠIKANIRANJE) .....	49
5.1.3 DISKRIMINACIJA.....	52
5.1.4 PREVELIK PRITISK NA ŠPORTNIKE .....	61
5.1.5 FENOMEN ZMAGE IN POJAV GLADIATORSTVA V ŠPORTU.....	63
5.2 ZANEMARJANJE .....	64
5.3 FIZIČNO NASILJE .....	65

5.3.1	PRENAPORNI TRENINGI IN IZGORELOST ŠPORTNIKOV .....	66
5.3.2	PREZGODNJA SPECIALIZACIJA IN NEHUMANO DELO .....	68
5.3.3	TELESNO KAZNOVANJE IN FIZIČNO OBRAČUNAVANJE .....	70
5.3.4	NASILJE MED TEKMOVALCI KOT POMANJKANJE FAIR PLAYA.....	71
5.3.5	TIHO NASILJE .....	72
5.4	SPOLNO NASILJE .....	76
6	OPIS UPORABLJENE METODE, INSTRUMENTARIJA IN VZORCA.....	80
6.1	METODA IN OMEJITVE RAZISKAVE .....	80
6.2	VPRAŠALNIK .....	80
6.3	VZOREC .....	81
6.4	HIPOTEZE .....	84
7	PREDSTAVITEV IN INTERPRETACIJA REZULTATOV RAZISKAVE .....	85
7.1	SPLOŠNA STALIŠČA O ŠPORTU IN BORILNIH VEŠČINAH.....	85
7.2	TRENERJEV NAČIN DELA S ŠPORTNIKI.....	87
7.3	VPLIV TRENERJEVEGA VEDENJA PRED IN PO TEKMOVANJU .....	89
7.4	IZVAJALCI NASILJA V ŠPORTU.....	91
7.5	DOŽIVLJANJE POSAMEZNIH OBLIK NASILJA V ŠPORTU.....	92
7.6	ZAZNAVANJE RAZLIČNIH OBLIK NASILJA.....	96
7.7	PREVERJANJE HIPOTEZ .....	97
8	RAZPRAVA.....	99
9	ZAKLJUČEK.....	111
10	LITERATURA.....	114
11	PRILOGE .....	122

## KAZALO TABEL

Tabela 1: Udeležba žensk na izbranih Poletnih olimpijskih igrah (Houlihan, 2008) ...	55
Tabela 2: Starost najpogostejšega začetka redne vadbe, specializacije in doseganja vrhunškega dosežka v različnih športnih panogah (Bompa v Ušaj, 2003) .....	68
Tabela 3: Demografske značilnosti anketiranih tekmovalcev.....	82
Tabela 4: Uspehi reprezentantov glede na vrsto tekmovanja .....	83
Tabela 5: Pogledi na dogajanja v športu in borilnih veščinah .....	86
Tabela 6: Značilnosti trenerja, ki se nanašajo na način dela s športniki .....	89
Tabela 7: Vpliv negativnega trenerjevega vedenja na tekmovalčev nastop.....	90
Tabela 8: Vedenje trenerja po koncu tekmovanja v primeru poraza.....	91
Tabela 9: Dojemanje različnih oblik nasilja glede na spol in starost.....	96

## KAZALO GRAFOV

Graf 1: Splošna ocena izvajanja verbalnega in fizičnega nasilja v športu .....	92
Graf 2: Splošen pregled pogostosti srečevanja z oblikami nasilja .....	93
Graf 3: Pogostost doživljanja različnih oblik fizičnega nasilja .....	94
Graf 4: Pogostost doživljanja oblik psihičnega nasilja.....	95
Graf 5: Pogostost doživljanja oblik spolnega nasilja .....	96

## KAZALO SLIK

Slika 1: Obseg problematike nasilja (Svetovna zdravstvena organizacija [WHO] v Breclj Anderluh et al., 2015).....	32
Slika 2: Kontinuum spolnega izkoriščanja (Brackenridge v Brackenridge et al., 2008)	77

## POVZETEK

S pričujočo magistrsko nalogo, v kateri smo obravnavali doživljanje nasilja med vrhunskimi športniki v Sloveniji na primeru borilne veščine taekwon-do, neolimpijske različice ITF, smo želeli opozoriti na vse večji pojav problematike športnega nasilja nasploh ter tudi na treningih borilnih veščin. Razlog temu vidimo v naravnosti današnje družbe, ki posledično vpliva tudi na šport; družba promovira tekmovalnost med ljudmi in zmagovanje (biti najboljši, doseči rekord), zato je tudi trenažni sistem prilagojen pehanju za uspehom. Treningi v vrhunskem športu so tako prvenstveno osredotočeni v dosego zmage ali rekorda, ne glede na ceno, ki jo bo takšna zmaga zahtevala, ne pa na dobrobit športnika, ki žal postaja vse bolj postranskega pomena. V teoretičnem delu naloge smo s pomočjo pregleda domače in tuje literature predstavili teoretične poglede na šport in splošno problematiko nasilja, posebno pozornost pa smo namenili glavni temi pričujočega dela - nasilju v športu ter njegovim pojavnim oblikam. Za boljšo predstavbo smo nekatere teoretične poglede avtorjev podkrepili tudi z ugotovitvami empiričnih raziskav. Pri predstavitvi glavne obravnavane problematike smo izhajali iz znanih primerov nasilja v športu, ki se največkrat pojavljajo v športu nasploh, dodali pa smo tudi primere lastnih opazovanj in izkušenj. S pomočjo kvantitativne empirične raziskave smo analizirali dejanski obseg doživetega nasilja med reprezentanti taekwon-doja, pri čemer smo se primarno osredotočili na doživljanje nasilja s strani reprezentančnih trenerjev. S pomočjo izvedene raziskave smo ugotovili, da tekmovalci na reprezentančnih treningih skoraj nikoli niso oziroma so le redkokdaj doživljali nasilje reprezentančnih trenerjev, kljub temu pa podrobnejši rezultati kažejo na prevlado telesnega nasilja nad psihičnim in spolnim nasiljem. Tekmovalci takšno vedenje, ki po definiciji pomeni nasilje nad športniki (bolečine, poškodbe, treningi kljub poškodbi), dojemajo kot sestavni del vrhunškega športnega udejstvovanja. Ob tem pa je zanimiva ugotovitev, da obstajajo razlike v dojemanju nasilja glede na spol in starost; izsledki kažejo, da ženske in starejši tekmovalci bolj kritično presojujejo različne situacije fizičnega, psihičnega in spolnega nasilja.

Dobljeni izsledki raziskave tako prispevajo k večji ozaveščenosti o problematiki pojava nasilja v športu nasploh, predvsem pa v borilni veščini taekwon-do.

Ključne besede: šport, vrhunski šport, taekwon-do, nasilje, nasilje v športu

# **SUMMARY - EXPERIENCING VIOLENCE AMONG ELITE ATHLETES IN SLOVENIA: CASE STUDY OF TAEKWON-DO**

In present master's thesis, experiencing violence among elite athletes in Slovenia in the case of a martial art called taekwon-do, a non-Olympic version (ITF) has been addressed. This thesis points to an increasingly higher problem of sport violence at training sessions of martial arts and in general. The reason for this can be seen in the attitude of today's society, which affects sports as well. The society promotes competitiveness and winning (being the best, breaking the record), which is why the training system has adapted to pursuing success. Training sessions are thus focused on victory or breaking the record in high-level sports no matter the price of such a victory, instead on the welfare of the athlete, which is losing importance.

The theoretical part introduces various views on sport and general violence issues with an overview of Slovenian and foreign literature, concentrating on the main topic of the present thesis, that is violence in sports and its manifestations. For increased understanding, the theoretical views of authors have been supported by findings of empirical research. In introducing the main question of consideration known cases of violence in sports, which emerge in sports most often, have been analysed. Furthermore, personal observation and experience has also been added to the thesis. Quantitative empirical research was used to analyse the actual extent of violence within the taekwon-do national team, whereby the primary focus was put on experiencing violence from national team's coaches. The research helped find out that competitors at national team training sessions did not or have rarely experienced violence from coaches, although more detailed results point to physical violence being more prevalent than psychological and sexual violence. Competitors perceive such behaviour, which is defined as violence towards sportspeople (pain, injury, training sessions despite injury), as a part of high-level sporting activities. In particular, it is interesting to observe the differences in perceiving violence based on age and gender. The results show that women and older competitors are more critical towards different occurrences of physical, psychological and sexual violence. The results of the research thus contribute to greater awareness of the problem of violence in sports in general, and especially in taekwon-do.

Key words: sport, high-level sport, taekwon-do, violence, violence in sports



# 1 UVOD

## 1.1 OPREDELITEV PROBLEMA

Šport, kot oblika telesne aktivnosti, prinaša ljudem številne pozitivne učinke za njihovo telesno in duševno zdravje, kot so na primer boljše fizično počutje, širjenje kroga znanstev in prijateljstev, pridobitev samozavesti ipd. Obenem pa ima šport tudi temnejšo plat, ki se kaže kot nasilje v športu; ob tem pa nam kritičnejši pogled razkriva vse večji prodor nasilja v naše vsakdanje življenje in s tem tudi v šport, saj kot sestavni del naših življenj ni imun na nasilje (Živanović in Randelović, 2011). Nasilje v športu in s tem pojav kršitev človekovih pravic v športu, sta postala svetovno razširjena problema, ki se pojavljata na vseh ravneh športa - od športa otrok in mladine pa vse do profesionalnega športa. Ob tem splošen pregled literature kaže, da je nasilja največ v tistem segmentu športa, ki je najbolj profesionaliziran - v vrhunskem športu, ki terja od športnikov številne treninge ter veliko mero vztrajnosti, odrekovanja in prilagajanja za doseg uspeha v svetovnem merilu. Številni tekmovalci se tekom svojega športnega udejstvovanja srečujejo z najrazličnejšimi primeri fizičnega in verbalnega nasilja v športu, niso pa redkost tudi primeri nekaterih bolj sofisticiranih oblik nasilja (npr. (pre)zgodnja specializacija, nehumane oblike treningov, izgorelost športnikov), ki postajajo celo sprejemljive in kot take sestavni del športa. Upamo pa si celo trditi, da v vrhunskem športu le rezultat šteje, ceno zanj pa vedno plačajo športniki v obliki poškodb in izgorelosti po dolgih letih pehanja za uspehom (Petrovič v Gorenc, 2014). K temu lahko dodamo tudi psihične težave in prenašanje pritiskov s strani pomembnih drugih (trenerjev v matičnih klubih in reprezentanci, staršev). Pogostokrat se zato zgodi, da se številni športniki srečajo z upadom motivacije za nadaljnje delo, zmanjšano samozavestjo ter tudi s predčasnim končanjem tekmovalne kariere (Novak, 2013).

Magistrska naloga je sestavljena iz teoretičnega in empiričnega dela; teoretični del je zasnovan kot predstavitev glavnih izhodišč preučevane vsebine, podkrepjen z lastnimi primeri ter empiričnimi ugotovitvami raziskav domačih in tujih avtorjev, v empiričnem delu pa je bila izvedena empirična raziskava. V teoretičnem delu smo najprej opredelili šport in vrhunski šport kot njegovo pojavno obliko, pri čemer smo se dotaknili tudi problematike rekreativnih športnikov. V praksi se namreč srečujemo s problemom, da številni tekmovalci dosegajo uspehe na največjih tekmovanjih, kot so evropska ali svetovna prvenstva, vendar pa zaradi togih birokratskih pravil nimajo urejene kategorizacije. V nadaljevanju smo predstavili tudi borilno veščino taekwondo, neolimijsko različico ITF, ter njegova tekmovalna pravila. Posebno pozornost smo

namenili pojmovanju nasilja in prikazu njegovih pojavnih oblik, pri čemer smo se osredotočili na tipologijo nasilja v družini, kot jo obravnava »Zakon o spremembah in dopolnitvah Zakona o preprečevanju nasilja v družini [ZPND-A]« (2016), torej na psihično, telesno, spolno in ekonomsko nasilje ter zanemarjanje. Vendar pa nasilje pozna virtualno neskončno oblik in vsebin (Petrović in Doupona, 1996), ki se med seboj prepletajo, zato smo predstavili še strukturno ter sistemsko nasilje in s tem dobili še širši uvid v problematiko nasilja. Glavno področje teoretičnega raziskovanja pa je predstavljala predstavitev nasilja v športu in njegovih najrazličnejših pojavnih oblik, pri čemer smo izhajali iz Davidove (2008) tipologije štirih glavnih oblik nasilja v tekmovalnem športu: fizično (telesno), spolno in psihološko nasilje ter zanemarjanje. V drugem delu naloge pa so predstavljeni izsledki empirične raziskave o doživljanju nasilja v vrhunskem športu v Sloveniji, pri čemer smo se osredotočili na športno panogo taekwon-do, verzije ITF, raziskavo pa smo izvedli na športnikih reprezentance. Pri tem smo se primarno osredotočili na doživljanje nasilja s strani reprezentančnih trenerjev, saj veliki večini tekmovalcev predstavlja reprezentančni trener obenem tudi trenerja v matičnem klubu, pridobljeni rezultati pa kažejo na zelo majhna odstopanja med obema trenerjema.

## **1.2 NAMEN IN CILJI**

Namen magistrskega dela je bil predstaviti značilnosti vrhunskega športa kot enega izmed pojavnih oblik športa, predstaviti taekwon-do in njegova tekmovalna pravila ter ne nazadnje tudi podrobneje predstaviti nasilje v športu ter podati primere njegovih pojavnih oblik na primeru borilne veščine taekwon-do, in s tem poudariti, da je žal tudi v športu prisotnega vse več nasilja. Prav tako smo želeli s pričujočim delom ozavestiti trenerje o problematiki športnega nasilja ter njegovih pojavnih oblikah, z namenom čim bolj zmanjšati pojav nasilja v panogi, saj se zavedamo, da le-tega ni mogoče popolnoma izkoreniniti.

V magistrski nalogi smo si zadali naslednje cilje:

- ugotoviti, kako pogosto vrhunski športniki (tekmovalci) doživljajo nasilje, predvsem s strani reprezentančnih trenerjev,
- ugotoviti, katero obliko nasilja športniki najpogosteje doživljajo,
- ugotoviti, ali med športniki obstajajo razlike v dožemanju nasilja glede na spol in starost,
- ugotoviti, ali športniki dojemajo nasilje v športu kot nekaj škodljivega zanje ali kot sestavni del športa.

## 2 ŠPORT

Šport, tisočletni fenomen in tako rekoč univerzalen izraz številnih svetovnih jezikov (Vodeb, 2005), je danes prevladujoč termin za dejavnost, ki temelji predvsem na gibanju (Šugman et al., 2006). Številni športni sociologi trdijo, da beseda šport izhaja iz besede »*disport*«, kar pomeni razvedriti ali zabavati se, in tako nakazuje, da je šport aktivnost, ki je namenjena razvedrilu, odvrnitvi od vsakodnevne rutine (Edwards v Delaney in Madigan, 2009). Skozi zgodovino je bil prvotnemu pomenu besede šport, ki je označeval zabavo in užitek, dodan tudi pomen, povezan s telesnim gibanjem, ki pa je imelo tekmovalno obeležje<sup>1</sup> (Vodeb, 2005).

Glede na to, da pojem šport že posamezniku različno pomeni, je logično, da ga bo vsak definiral na svoj način. Delaney in Madigan (2009) pravita, da je najenostavneje naštevanje različnih športov, že bolj težavno je klasificiranje športov na notranje ali zunanje, profesionalne ali amaterske ipd. Z največjo težavo pa se srečamo ob definiranju športa, čeprav se na prvi pogled zdi to precej enostavno. Celo med športnimi sociologi se pojavljajo nesoglasja o tem, kako definirati šport<sup>2</sup>, zato v strokovni literaturi najdemo več različnih definicij. Obenem pa tudi številne že obstoječe definicije ne zajamejo športa kot celote, ampak se dotikajo le posameznih vidikov športa, zato niso povsem ustrezne (Šugman, 1997). Tudi Hosta (v Hosta, 2007) nas opozarja, da šport ni enovit pojav, saj se pojavlja na več različnih načinov in iz različnih vzgibov, zato je različna tudi konceptualizacija pojavnih oblik športa. V zadnjih desetletjih je aktualna delitev športa na tekmovalni, vrhunski in rekreativni šport, pri tem pa je treba opozoriti, da med njimi ni jasnih mej (Vodeb, 2005).

Glede na kompleksnost pojma, se ni smiselno preprosto vprašati »Kaj je šport?« ali kateri so kriteriji, ki šport ločujejo od nešporta (Hosta, 2007), saj je iskanje definicije že vnaprej obsojeno na neuspeh; večina poskusov definiranja se konča z naštevanjem bistvenih lastnosti neke dejavnosti, da bi bila prepoznana kot šport (Smrdu, Pinter in Hosta, 2005). Kljub temu pa se nam zdi smiselno, da zaradi boljšega razumevanja pojava v nadaljevanju navedemo nekaj definicij športa. Kot

---

<sup>1</sup> Vsebina pojma šport se je skozi zgodovino razvijala in spreminjala: do 13. stoletja šport še ni bil tako tekmovalen (izvzete so antične olimpijske igre), od 13. stoletja dalje pa so zopet v ospredju tekma, zmaga in boj (telesna dejavnost) (Vodeb, 2005).

<sup>2</sup> Šport je del širokega razpona dejavnosti, ki jih imenujemo prosti čas (angl. *leisure*). Pri tem se pojavlja enostavno vprašanje »Kaj je prosti čas, prostočasna aktivnost?«, na katerega pa ni mogoče podati objektivne definicije, saj je ta odvisna od individualnega dožemanja. Nekomu lahko neka aktivnost pomeni prostočasno aktivnost (npr. rekreacija za zabavo), drugemu pa poklicno aktivnost (npr. profesionalno ukvarjanje s športom) (Gratton in Taylor, 2000).

bomo videli, večina definicij poudarja fizični in tekmovalni vidik športa, nekatere pa tudi institucionalno organiziranost.

Največkrat podano definicijo športa je leta 1968 podal Mednarodni svet za športno znanost in telesno vzgojo<sup>3</sup> [ICSSPE], po kateri je šport »vsaka telesna dejavnost, ki ima značaj igre in obsega možnosti boja samega s seboj, z drugimi ali s prvinami narave. Če ima ta dejavnost značaj tekmovanja z drugimi, jo je treba izvajati v viteškem duhu. Ni resničnega športa brez fair playa« (Športni manifest CIEPS v Šugman, 1997). Ta definicija poudarja štiri klasične prvine športa: telesno dejavnost (gibanje - motoriko), igro (igrivost), boj (tekmo) in fair play (pošteno igro) (Šugman et al., 2006).

Leta 1992 je Svet Evrope sprejel Evropsko listino o športu, ki šport definira kot vse oblike telesne dejavnosti, ki so s priložnostnim ali organiziranim ukvarjanjem usmerjene k izražanju ali izboljšanju telesne vzdržljivosti, k duševnemu blagostanju in k oblikovanju družbenih odnosov ter pridobivanju rezultatov na tekmovanjih na vseh ravneh (Ministrstvo za šolstvo in šport, 1999). Na to definicijo se sklicuje tudi »Resolucija o nacionalnem programu športa v Republiki Sloveniji za obdobje 2014-2023 [ReNPŠ14-23]« (2014).

Uлага (v Hosta, 2007) pravi, da je šport v širšem smislu ljubiteljsko psihofizično udejstvovanje v prostem času, ki se mu posvečamo iz veselja in zaradi telesnovzgojnih koristi. V ožjem pomenu pa šport pomeni tekmovalno udejstvovanje. Rodgers (v Gratton in Taylor, 2000) trdi, da idealna definicija športa vsebuje štiri ključne elemente, pri čemer morata biti prva dva elementa vedno prisotna, da lahko govorimo o športu. Šport naj bi vključeval fizično aktivnost, ki se izvaja v rekreativne namene, vsebuje elemente tekmovalnosti in ima institucionalni okvir organiziranosti. Gratton in Taylor (2000) pa dodajata še dodatni kriterij, kriterij splošne sprejetosti (s strani medijev), da je neka aktivnost šport.

Marjoribanks in Farquharson (2012) ugotavljata, da je šport: 1) organiziran ali institucionaliziran, 2) vključuje fizično aktivnost in spretnost, 3) vključuje tekmovanje in nagrado, 4) je neločljivo povezan z družbo, gospodarstvom in politiko, pri tem pa se kažejo medsebojni vplivi in 5) je rezultat družbenih procesov, tako da ga je mogoče spreminjati čez čas in se razlikuje glede na lokacijo.

Menimo, da bistvo športa najbolje zajame Coakley (v Delaney in Madigan, 2009, str. 12), saj definira šport kot »institucionalizirano tekmovalno aktivnost, ki vključuje usmerjen fizični napor ali uporabo relativno kompleksnih fizičnih spretnosti s strani

---

<sup>3</sup> ICSSPE - International Council of Sport Science and Physical Education

udeležencev, ki jih motivirajo notranje in zunanje nagrade«. Pri tej definiciji je pomemben del, ki pravi »/.../ ali uporabo relativno kompleksnih fizičnih sposobnosti /.../«, saj kaže na to, da ni nekih objektivnih meril o tem, kako fizično naporna mora biti aktivnost, da se šteje kot šport, in da so potemtakem tudi druge oblike rekreacije vključene v šport (npr. golf). Coakley v svojo definicijo vključuje tudi motivacijski dejavnik: notranje nagrade so osebni občutek zadovoljstva ob uresničitvi zastavljenega cilja (npr. preteči maraton ne glede na končno uvrstitev), zunanje nagrade pa so »zunanja« priznanja, ki ga prejme športnik za uspešno sodelovanje (npr. nagrada, status).

Nemogoče je zajeti vse domače in tuje športne teoretike, zato smo za razumevanje pojma povzeli le nekatere vidnejše. Pri tem pa je treba poudariti, da predstavljene definicije športa niso edine, vseobsegajoče in dokončne; razvoj bo v prihodnosti prinesel nove opredelitve. Vseeno pa nam je uspelo identificirati osnovne značilnosti definicije športa: 1) fizična aktivnost, ki vključuje fizični napor in spretnosti, 2) institucionalna organiziranost, ki temelji na pravilih in 3) vključuje tekmovalnost, s tem pa tudi možnost dosega rezultata (nagrade).

Že uvodoma smo omenili, da se šport pojavlja v več pojavnih oblikah, le-te pa imajo različne cilje in so programsko prilagojene različnim skupinam ljudi, njihovi starosti in zmožnostim (znanju, sposobnostim in motivaciji). Pojavne oblike športa se pojavljajo v obliki različnih programov športa (»ReNPŠ14-23«, 2014):

- a) šport v vzgojno-izobraževalnem sistemu: športna vzgoja v osnovni in srednji šoli ter v visokem šolstvu,
- b) prostočasna športna vzgoja in obštudijske športne dejavnosti: prostočasna športna vzgoja predšolskih in šoloobveznih otrok ter mladine, obštudijske športne dejavnosti,
- c) tekmovalni šport: športna vzgoja otrok in mladine, usmerjenih v kakovostni in vrhunski šport, kakovostni in vrhunski šport,
- d) šport oseb z drugačnimi možnostmi: športna vzgoja otrok in mladine s posebnimi potrebami, športna vzgoja invalidov, usmerjenih v kakovostni in vrhunski šport invalidov, kakovostni in vrhunski šport invalidov ter
- e) športna rekreacija.

Kot vidimo, je šport temeljna pravica vsakega človeka (vseh starostnih skupin, znotraj teh skupin pa tudi oseb s posebnimi potrebami) prav zaradi pomembnih učinkov za posameznika in družbo kot celoto. Športu se namreč priznava zelo pomembna vloga pri zagotavljanju javnega zdravja (telesnega, duševnega in

socialnega), spodbujanju k prostovoljstvu, solidarnosti, strpnost in odgovornosti ter k drugim pozitivnim družbenim vrednotam in narodni identifikaciji. Vendar pa ima tudi šport kot vsaka družbena dejavnost, svoje pomanjkljivosti (»ReNPŠ14-23«, 2014). Zaradi medijske izpostavljenosti športa je le-ta vse prevečkrat obravnavan le v ožjem tekmovalnem smislu, kar pa ima pogosto negativno konotacijo, v smislu negativnih zdravstvenih, pedagoških in psihosocialnih učinkov (Hosta, 2007), ki se najbolje rezultirajo v nehumanem delu s športniki, uživanju poživil, kršenju človekovih pravic, pehanjem za rezultati in pretiranem povelečevanju rezultata.

## **2.1 ŠPORT KOT DRUŽBENA INSTITUCIJA**

S sociološkega vidika velja šport za eno najstarejših in ključnih institucij družbe<sup>4</sup>, hkrati pa je tudi napredna, zapletena in dinamična institucija. Šport, kot tudi vse ostale družbene institucije, izvira iz družbenih potreb in bo kot družbena institucija obstajal vse dokler bodo obstajale družbene potrebe (Kaplan, Tekinay in Uğurlu, 2013). Delaney (2003) pravi, da šport kot družbeno institucijo opredeljujejo naslednje karakteristike:

- ima sistem razvrščanja in hierarhično strukturo, ki temelji na pomembnosti,
- ima organizacijski in strukturni vidik z vgrajenimi družbenimi vlogami in statusi, ki zagotavljajo posamezniku družbeni položaj znotraj institucije (npr. status tekmovalca, trenerja) in mu narekujejo stopnjo družbene moči znotraj strukture,
- družbeni nadzor je pomemben dejavnik vseh družbenih institucij. Sankcije se uporabljajo proti kršiteljem z namenom, da se ohranja konformno vedenje ter
- ima svoja pravila, postopke in norme, ki jih je treba upoštevati. Formalne organizacije imajo vodstvene organe, ki zakonsko urejajo pričakovano vedenje.

Ugotavljamo, da šport kot družbeno institucijo označujejo lastna pravila, postopki in norme, formalizem, ideološka utemeljenost in prenos kulturnih vrednot na posameznike. Skozi šport se odvija določena stopnja družbenega nadzora, saj se preko športa poskušajo usmerjati človekova dejanja, da se ujemajo z vnaprej določenimi pričakovanji družbe (Delaney, 2003). Šport kot neformalna in ideološka

---

<sup>4</sup> Družbene institucije (npr. družina, šola, država, religija) lahko opredelimo kot splošno uveljavljen sistem družbenih odnosov, statusov, vlog, skupin, vrednot, norm in ljudi, ki nadzorujejo in ohranjajo ustaljen družbeni red in strukturo, z namenom zadovoljevanja določenih potreb oziroma za opravljanje določenih funkcij. Družbene institucije imajo v družbi naslednje funkcije: 1) nadzor nad obnašanjem in družbenimi odnosi posameznika, 2) omogočajo vključevati posameznika v družbo, 3) določajo družbene odnose med posamezniki in institucijami, 4) vzdržujejo družbeno povezanost (Kaplan et al., 2013).

institucija združuje posameznike v podinstitucije (društva, klube), kjer je z organiziranim delovanjem omogočeno zadovoljevanje posameznikovih potreb, interesov in ciljev, z namenom nadziranja, reguliranja in discipliniranja športnikov. Tako lahko trdimo, da ima šport kot družbena institucija nadzorovalno-regulativno funkcijo (Vodeb, 2002), obenem pa je sredstvo socializacije z vzgojno (usmerjevalno) vlogo. Z vključitvijo posameznika v šport se zanj začne socializacija v športu, ki pomeni sprejemanje določenih pravil, navad, vzorcev obnašanja, simbolov, ritualov, ki so značilni za določeno skupino (Doupona Topič in Petrović, 2007).

## **2.2 VRHUNSKI ŠPORT**

Vrhunski športni dosežki, in s tem celoten vrhunski šport, predstavljajo izvirno obliko specifičnega kulturnega ustvarjanja, ki ima lastne kriterije vrednotenja svoje ustvarjalnosti (Doupona Topič in Petrović, 2007). Osnovna značilnost vrhunskega športa se najlepše prikaže z olimpijskim geslom »hitreje, višje, močnejše«<sup>5</sup>. Tako v vrhunskem športu ne gre za zmernost ali optimalno ravnovesje med preveč ali premalo, ampak velja imperativ najboljšega dosežka ali zmage, gre za nenehno preseganje samega sebe in drugih oziroma za dokazovanje zgornje meje človeških psihofizičnih sposobnosti (Hosta, 2007). Tekmovalnost je tako ena najgloblje zakoreninjenih lastnosti človeka (Vodeb, 2005), ki pa prinaša, če je privedena do ekstremov, tudi negativne posledice. Tako v sedanjem času vedno bolj prihajajo v ospredje tudi druge, s športno etiko in moralo ter vrednotami povsem neskladne razsežnosti športa: profesionalizem, doping, manipulacija športnikov in zloraba njihovega zdravja (Berčič, 2005), komercialno vrednotenje dosežka (Doupona Topič in Petrović, 2007) in pretirano poudarjanje zmage (»zmaga za vsako ceno«). Kljub temu, da imperativ zmage vodi tako zmagovalce, kot tudi poražence, da vedno znova dajo vse od sebe, pa v osnovi kvarijo šport in njegove vrednote (Hosta, 2007).

Hosta (2007) meni, da je današnji vrhunski šport postal predvsem mednarodna in globalizirana dejavnost. Kvantifikacija športa, v obliki rekordizacije, je znamenje objektivizacije tekmovalnega procesa, ki pa tako izgubi mnoge kvalitativne značilnosti. Če rezultate predstavljajo samo številke, nam ni nič jasno, kako je tekmovalje potekalo, kako se je igra igrala, niti ne vemo, ali so udeleženci uživali, saj je bil morda prijateljski etos močnejši od tekmovalne agresivnosti. Številke lahko

---

<sup>5</sup> De Coubertinovo olimpijsko geslo »Citius, Altius, Fortius« spodbuja športnike, da dajo na tekmovalju vse od sebe. Zmaga tako ni bistvenega pomena, pomembnejše je, da športnik doseže in preseže lastne sposobnosti, kar že samo po sebi pomeni zmago (The Olympic Museum, 2007).

pokažejo le zmagovalca in poraženca. Prav to pa je tudi eden izmed razlogov, da tekmovalci pogosto obravnavajo druge zgolj kot oviro, ki jo je treba premagati. Tak pristop ni več daleč od strategije, ki za sprejemljivo jemlje namerno poškodovanje nasprotnika, da bi pridobil tekmovalno prednost. Gre za preračunavanje med stroški in koristmi, ki jih pri tem imamo ali utrpimo.

Osnovna značilnost vrhunskih športnikov je, da so kot talenti prepoznani že v nižjih starostnih kategorijah. Poleg talentiranosti za neko športno panogo pa se od športnika pričakujejo še delavnost, samodisciplina, odrekanje, poslušnost ipd. Vendar pa mnogi talentirani mladi športniki nikoli ne dosežejo ravni vrhunskosti; proces je izjemno zahteven, pot do vrhunskega rezultata pa po navadi zelo dolga in marsikateri športnik celo odneha na tej poti k vrhunskosti (Vodeb, 2005). Doseganje vrhunskih rezultatov je rezultat načrtnega, tehnološko dovršenega in individualiziranega procesa (»ReNPŠ14-23«, 2014). Sistematično delo, ki večinoma prinese rezultate šele v mladinskih ali članskih kategorijah, pa je treba vpeljati že zelo zgodaj. To potrjujeta tudi Doupona Topič in Petrović (2007), ki trdita, da večina športnikov praviloma začne s treningi in tekmovanji že v otroških letih. Nadarjeni športniki pa lahko postanejo vrhunski le v primernem okolju (Vodeb, 2005), v katerega so poleg športnika vključeni še trenerji, športni klubi in nacionalne panožne zveze. Pomembna pa so tudi podpora okolja športnika, kot so npr. družina (zasebno življenje športnika), šola (usklajevanje šolskih in športnih dejavnosti), panožni tim (spremljanje zdravstvenega stanja in pripravljenosti športnika) ter poklicno okolje (usklajevanje delovnih in športnih dejavnosti) (»ReNPŠ14-23«, 2014).

Preden v nadaljevanju objasnimo vrhunski šport, razložimo še posebnost vrhunskega športa, ki ga nekateri imenujejo tudi profesionalen šport. Kadar govorimo o vrhunskem športniku, ni nujno, da hkrati govorimo tudi o profesionalnem športniku; s tem pa je nakazana delitev vrhunskih športnikov na profesionalne in amaterske športnike. V profesionalnem športu so športniki v delovnem razmerju in zato dobijo plačo, kar pomeni, da se športniki s športom preživljajo, so zaposleni v športnem klubu ali pa so poklicni športniki. V amaterskem športu pa športniki niso v delovnem razmerju in običajno za športno udejstvovanje ne dobijo nobenega plačila oziroma neko delo opravljajo nepoklicno (prostovoljno), iz lastnega veselja (Šugman et al., 2006). Nekateri strokovnjaki menijo, da profesionalni šport predstavlja nasprotje prvotnemu namenu športnega udejstvovanja, torej ukvarjanju s športom zaradi lastnega zadovoljstva, zdravja in druženja. Vendar pa gre pri profesionalnem športu z vidika športne ustvarjalnosti za tisti segment kakovostnega in vrhunskega športa, ki



je medijsko najzanimivejši in zato tudi najvidnejši del športa (»ReNPŠ14-23«, 2014). Najbolj popularnih in medijsko zanimivih pa je le 8 - 10 % športno aktivnih, ki udeležujejo šport predvsem zaradi rezultata in od tega jih je le manj kot 1 % takih športnikov, ki jih uvrščamo med vrhunske športne ustvarjalce (Šugman, 2006).

V Sloveniji je vrhunski šport, s tem pa tudi vrhunski športnik, opredeljen s kategorizacijo športnikov. Status vrhunškega športnika (kategorizacijo) podeli Olimpijski komite Slovenije - Združenje športnih zvez [OKS-ZŠZ] na podlagi uspešnosti športnika v mednarodnem okolju, torej vrhunškega dosežka mednarodne vrednosti, ki je dosežen le v absolutni mednarodni konkurenci (»ReNPŠ14-23«, 2014). »Zakon o športu [ZSpo]« (1998) določa kot vrhunske športnike tiste športnike, ki imajo status mednarodnega, svetovnega in perspektivnega razreda. Šugman (2006) pa temu oporeka in trdi, da si naziv vrhunškega športnika zaslužijo le najboljši, torej športniki mednarodnega in svetovnega razreda. Hkrati pa dodaja, da si številni slovenski športniki, ki menijo, da je njihova ustvarjalnost vrhunska, tega naziva ne zaslužijo. Zlasti to velja za kolektivne športne panoge, kjer je profesionalizma največ, vendar pa je njihova športna ustvarjalnost na dokaj nizki ravni in njihovi rezultati niso primerljivi v svetovnem merilu, kar je pogoj vrhunstva. Seveda pa v ekipah obstajajo tudi takšni športniki, ki si naziv vrhunškega športnika še kako zaslužijo.

### **2.2.1 PROBLEMATIKA REKREATIVNIH ŠPORTNIKOV**

Ob vsem tem se nam poraja vprašanje, kako je s tistim segmentom športnikov, ki se sicer ukvarjajo z vrhunskimi treningi, vendar neprofesionalno? Govorimo o amaterskih športnikih, ki se udeležujejo največjih tekmovanj (svetovnih, evropskih prvenstev), dosegajo zavirljive rezultate v absolutni mednarodni konkurenci, a obenem za svoje rezultate ne dobijo plačila ali kategorizacije. So potemtakem ti športniki le rekreativci? Ali so tudi rezultati teh športnikov vredni manj kot uspehi profesionalnih športnikov? Zastavljena vprašanja in pomisleki o vrhunskem športu v nadaljevanju razkrivajo naš pogled na problematiko amaterskega športa in športnikov amaterjev, med katere sodimo tudi sami.

Tekmovanje predstavlja konfliktno situacijo, kjer se po določenih kriterijih odloča o primerjalni »boljšosti« posameznika ali ekipe. Gre torej za merjenje in primerjanje s končnim ciljem razvrščati in izpostaviti najboljšega (Loland v Hosta, 2007). Vendar pa se nam vsiljuje pomislek o tem, da je mogoče opredeliti vrhunškega športnika le na podlagi tekmovalnega dosežka oziroma končne razvrstitve. Takšna klasifikacija je napačna, saj šport predstavlja zelo kompleksen družbeni, psihološki in antropološki fenomen (Vodeb, 2005).

Berčič (2005) ugotavlja, da so večinoma povsem jasno vidne in določljive razlike med športno rekreacijo in tekmovalnim oziroma vrhunskim športom, kljub temu pa se danes v praksi že soočamo z brisanjem meje med njima. Doupona Topič in Petrović (2007) ugotavljata, da si vse več rekreativnih športnikov želi tekrovati in dosepati čim boljše uspehe, kar pomeni zanimivo usmeritev športne rekreacije pri nas in v svetu. Ob tem pa velja naslednje: če ne dopustimo vsem, da doseajo po svojih zmožnostih vrhunske dosežke, potem spreminjamo šport v elitizem vrhunskih športnikov. Tudi rekreativec ima torej pravico do svojega najboljšega dosežka. Praviloma jo ima vsak, kdor se s športom ukvarja in hoče v njem, poleg drugih vrednot, ugotoviti svoje meje zmogljivosti in sposobnosti. Brisanje mej pa se kaže tudi v trenažnem procesu in na tekmovaljih. Vrhunski šport ima neko osnovno značilnost, ki se kaže v izjemni ravni obvladanja športnega gibanja, tehnike ter taktike. Vrhunski športnik na tekmovaljih tudi v najtežjih trenutkih uporablja tak način gibanja, ki daje videz lahkotnosti, brez večjega naprezanja. Na tekmovaljih so vseskozi tudi pod velikimi psihičnimi pritiski (trenerjev, športnih funkcionarjev, navijačev, novinarjev itd.), ki se še stopnjujejo s pomembnostjo tekmovalja (Vodeb, 2005). Pa vendar, tudi rekreativni športniki pri svojem nastopu dajejo vtis vrhunškega izvajanja nastopa, hkrati pa so izpostavljeni visokim pritiskom in pričakovanjem okolice. Nekatera tekmovalja tudi od rekreativnih športnikov zahtevajo maksimalne telesne napore, odlično zdravstveno stanje in ustrezno psihofizično pripravljenost. Takšnim rekreativnim športnikom, ki želijo dosepati primerljive rezultate z ostalimi tekmovalci, pa rekreativna vadba dvakrat tedensko že dolgo ne zadošča več (Berčič, 2005). Tako kot v vrhunskem športu tudi v rekreativnem športu na vrhu ni veliko prostora, saj uspejo le najboljši. V obeh športnih usmeritvah je boj na vrhu krut in ne dopušča nobenega popuščanja (Vodeb, 2005). Zato je v takšnih primerih težko odgovoriti na vprašanje, kje se konča športno-rekreativni trening in kje se začne športni trening vrhunškega tekmovalca (Berčič, 2005).

Kljub vsem definicijam vrhunskih športnikov in vrhunškega športa ter ugotovitvam, da ni mogoče potegniti natančne meje med zahtevnim trenažnim procesom vrhunskih športnikov in relativno zahtevnimi športno-rekreativnimi treningi tistih, ki se pripravljajo na zahtevnejša tekmovalja, smatramo, da se med vrhunske športne ustvarjalce sme uvrščati tudi amaterske (rekreativne) športnike. Zato v tej nalogi tudi amaterske športnike tekmovalce obravnavamo kot vrhunske športnike, saj se pripravljajo in ukvarjajo z zelo obremenjujočo vadbo, z namenom doseči najboljšo športno formo (osvojiti medaljo na najprestižnejših tekmovaljih, kot sta npr. evropsko ali svetovno prvenstvo).

### 3 TAEKWON-DO

Taekwon-do je vse bolj priljubljena vzhodnjaška borilna veščina, ki jo zaznamujejo hitri in zelo raznoliki ročni, predvsem pa nožni udarci. Kljub temu da so zametki borilne veščine stari več kot 2000 let (Choi, 1995), pa je bila leta 1955<sup>6</sup> prenovljena v moderni borilni šport tretjega tisočletja (Verboten, 2007).

Mnogi se sprašujejo kaj pravzaprav sploh je taekwon-do; je to borilna veščina, borilni šport, vzhodnjaška filozofija ipd.? Ne moremo spregledati dejstva, da ni enostavno opredeliti tega kompleksnega pojma, saj lahko v taekwon-doju vsak posameznik najde nekaj zase. Taekwon-do v sebi združuje borilno veščino, samoobrambo, šport, obliko rekreacije in ne nazadnje tudi način življenja. Za lažje razumevanje si najprej pogledajmo dobeseden prevod besede taekwon-do, ki je sestavljen iz treh delov: »*tae*« pomeni skakati, leteti, udariti z nogo, »*kwon*« pomeni udariti z roko ali pestjo, »*do*« pa pomeni umetnost, pot, način življenja (Choi, 1995). Takšen prevod nam daje neko glavno idejo o pomenu, še vedno pa nimamo odgovora, kaj pravzaprav je.

Enostavna razlaga pravi, da je taekwon-do vojaška borilna veščina, oblikovana kot oblika neoboroženega boja, ki je bila primarno zasnovana v namene samoobrambe in vojskovanja. Namenskost tehnik je torej bila v obrambi pred napadalcem oziroma z napadom poškodovati in onemogočiti nasprotnika.

Kljub temu, da je taekwon-do borilna veščina z edinstveno tehniko, pa njegova disciplina, tehnike in mentalni treningi pomagajo izgraditi močan občutek za pravičnost, pogum, skromnost in odločnost, zato lahko govorimo tudi o filozofiji<sup>7</sup>. Taekwon-do je vodilo življenja, saj preko etike in morale v obliki načel usmerja in vodi življenje taekwon-doistov, da gradijo boljši, pravičnejši svet. Zato taekwon-do kot veščina ne sme biti pod nobenim pogojem uporabljen za sebične, politične, komercialne ali nasilne namene posameznika ali skupine. Vsak, ki se odloči, da bo hodil po poti taekwon-doja, se mora podrediti načelom borilne veščine (Choi, 1995). Vendar pa se tudi v taekwon-doju večinoma vse vrtili okoli pridobivanja finančnih

---

<sup>6</sup> Skozi zgodovino so se uporabljala različna imena za obliko samoobrambe (Soo Bahk do, Taek-Kyon, Tang Soo ipd.), ki je temeljila na borbi z golimi rokami in nogami. Korejski general Choi Hong Hi je med svojo vojaško kariero preučeval in izpopolnjeval omenjene oblike samoobrambe, leta 1955 pa je predstavil izpopolnjeno različico borilne veščine in jo poimenoval Taekwon-do (Choi, 1995). Od takrat dalje je veščina doživela globalen preboj, tako po razvoju, tehniki in množičnosti treniranja.

<sup>7</sup> Filozofija taekwon-doja temelji na etničnih, moralnih in duhovnih principih Vzhoda ter tudi na Choiovi lastni filozofiji (Verboten, 2007).

koristi, kar kaže na to, da večina upošteva le del načel zaradi njihove splošne uporabnosti oziroma jih prilagodijo svojemu načinu življenja (Verboten, 2007).

Taekwon-do pa ni samo borilna veščina z vzhodnjaško filozofijo, ampak je tudi (borilni) šport, saj združuje vse prvine športa (Marjoribanks in Farquharson, 2012): 1) vključuje fizično aktivnost, ki v vadbi združuje fizični napor in razvoj spretnosti, 2) ima institucionalno organiziranost, ki temelji na pravilih, 3) vključuje tekmovalnost in možnost doseči rezultat, 4) je neločljivo povezan z družbo, politiko in gospodarstvom, pri tem pa se kažejo medsebojni vplivi in 5) je rezultat družbenih procesov, zato ga je mogoče spreminjati skozi čas in se razlikuje glede na lokacijo.

Choi (1995) nadalje govori o taekwon-doju celo kot o znanosti. Udarci so zasnovani na izkušnjah in načelih sodobne znanosti, natančneje na Newtonovi fiziki, ki nas uči, kako proizvesti največjo fizično moč. Za dosego le-te je treba upoštevati šest elementov t. i. teorije moči: reakcijsko silo, koncentracijo, statično in dinamično ravnotežje, kontrolo dihanja, maso in hitrost<sup>8</sup>. Prav tako taekwon-do vključuje vojaško znanost, saj so uporabljene vojaške taktike napada in obrambe.

S pomočjo predstavljenih opredelitev ugotavljamo, da je taekwon-do bolj oblika samoobrambe kot pa šport. Prav tako ne smemo pozabiti filozofske plati borilne veščine, saj usmerja način mišljenja in življenja posameznika. Kljub temu, da je taekwon-do relativno mlada borilna veščina, stara manj kot stoletje, pa je kmalu postala globalno popularen šport. Zasluge za to najdemo v sami različnosti sestave in disciplin taekwon-doja<sup>9</sup> ter prilagojenosti treniranja vsem generacijam. Kot pravita Fong in Ng (2014), danes po svetu v dveh tekmovalnih sistemih - olimpijski (WTF) in neolimpijski (ITF) različici<sup>10</sup> trenira okoli 80 milijonov ljudi v približno 182 državah

---

<sup>8</sup> Za podrobnejšo analizo t. i. teorije moči glej Choi (1995).

<sup>9</sup> Taekwon-do sestavlja pet tekmovalnih disciplin (Choi, 1995; v Verboten, 2007): forme, borbe, test moči, specialna tehnika in samoobramba. *Forma* je točno določeno zaporedje osnovnih napadalnih in obrambnih tehnik. Za popolno obvladovanje osnovnih elementov in form so potrebna leta treningov, da se osvojita prefinjenost gibov in refleksni odziv. *Borba* je dejanska aplikacija naučenih tehnik napada in obrambe proti gibajočemu se nasprotniku v različnih situacijah. *Samoobramba* velja za najzanimivejšo in hkrati najtežjo disciplino taekwon-doja. Napadeni mora v nenadnem napadu oboroženega ali neoboroženega napadalca hitro odreagirati in onesposobiti napadalca. *Specialna tehnika* je prikaz natančnega napada na nasprotnika preko ovir ali z razdalje. Pri *testu moči* se za dokazovanje moči udarca uporabljajo deske, ki jih vadeči poskuša razlomiti.

<sup>10</sup> Pomen kratic: WTF - World Taekwondo Federation, ITF - International Taekwon-do Federation.

sveta. Obe različici taekwon-doja se trenirata tudi v Sloveniji, kamor sta bili ob koncu 20. stoletja prineseni iz nekdanje Jugoslavije (Verboten, 2007).

Kljub temu, da je taekwon-do borilni šport in bi marsikdo predvideval, da je to pretepaški šport, pa lahko iz lastnih izkušenj zatrdimo, da je precej varen šport, saj morajo biti vsi izvedeni udarci, tako ročni kot nožni, nadzorovani. Hkrati pa se tudi pri borbah, kot najbolj tveganemu vidiku športa, uporabljata ustrezna zaščitna oprema in tekmovalna pravila, ki zmanjšujeta nevarnost poškodb. V nadaljevanju tako predstavljamo tekmovalna pravila, ki se uporabljajo na ITF prvenstvih.

### **3.1 TEKMOVALNA PRAVILA**

Tekmovalna pravila podrobno opredeljujejo različna področja, povezana z organizacijo in samo izvedbo tekmovanj. Namen pravil je zagotoviti visok standard izvedbe tekmovanj, uporabljajo pa se za vse tekmovalne nivoje ITF prvenstev, torej za svetovna, evropska, mednarodna in državna prvenstva (International Taekwon-do Federation [ITF], 2014).

Za izvedbo tekmovanja so pomembna poglavja, ki opredeljujejo potek tekmovanja in pravila posameznih disciplin. V nadaljevanju na kratko opisujemo pomembnejša tekmovalna pravila, ki so relevantna za tekmovalca in njegov tekmovalni nastop. Glede na to, da v magistrski nalogi obravnavamo vrhunske športnike, predstavljamo tekmovalna pravila na primeru svetovnega prvenstva, kjer se tekmuje v mladinskih, članskih in veteranskih kategorijah.

#### **3.1.1 SPLOŠNA TEKMOVALNA PRAVILA**

Na prvenstvih se tekmuje v petih disciplinah, ki si sledijo v načelnem zaporedju: forme, borbe, specialna tehnika, test moči in samoobramba. Najprej so na vrsti individualne discipline, nato pa še ekipne. Tekmovalci, ki nastopajo v individualnih dogodkih, lahko nastopajo tudi v ekipnih, in obratno. Vse discipline, razen samoobrambe, so ločene glede na spol in starostno kategorijo tekmovalcev.

Za tekmovanje v formah in borbah se uporablja piramidni sistem izpadanja, pri specialni tehniki in testu moči se zbirajo točke, pri samoobrambi pa se uporablja sistem zbiranja točk preko kvalifikacij.

Na prvenstvih smejo nastopiti le tekmovalci, ki so registrirani nosilci črnih pasov<sup>11</sup> in dosegajo ustrezno starost (upošteva se starost na prvi dan tekmovanja). V mladinski

---

<sup>11</sup> V taekwon-doju je sistem napredovanja zasnovan na 19 stopnjah, ki se delijo na začetniške (KUP) ter na mojstrske stopnje (DAN). Začetniške stopnje pasov, ki jih je 10, so označene z barvnimi pasovi - beli, rumeni, zeleni, modri in rdeči pas, vmesne medstopnje pa so označene

kategoriji nastopajo tekmovalci, stari med 14 in 17 let ter so nosilci črnega pasu I., II. ali III. DAN. Tekmovanje v individualnih in ekipnih borbah je zaradi nesorazmerja v moči med starejšimi in mlajšimi tekmovalci še dodatno ločeno na dve starostni kategoriji: 14 do 15 let ter 16 do 17 let. Tekmovalci, ki nastopajo v članskih kategorijah, so stari med 18 in 39 let ter so nosilci črnega pasu I., II., III. ali IV. DAN. V veteranski kategoriji pa so tekmovalci razdeljeni v tri starostne razrede: v *srebrni razred* so uvrščeni tekmovalci stari med 40 in 49 let, v *zlatem razredu* so tekmovalci med 50. in 59. letom starosti, v *platinastem razredu* pa so tekmovalci stari nad 60 let. Prav tako pa je pogoj, da so nosilci črnega pasu I., II., III., IV., V. ali VI. DAN.

Kontrolno tehtanje se začne izvajati 72 ur pred in konča eno uro pred začetkom prvenstva. Tekmovalci osebju na kontrolnem tehtanju predložijo dokumente, ki izkazujejo njihovo identiteto ter stopnjo znanja (osebni dokument, potrdilo o stopnji znanja (certifikat) ter t. i. ITF Passport). Sodniško osebje na ta način preveri ujemanje podatkov tekmovalca in podatkov s prijavnice liste. V borbah nastopajo le tekmovalci, ki so uspešno opravili tehtanje (niso presegli predpisane teže posamezne težinske kategorije). V primeru, da tekmovalec preseže dovoljeno težo, mu ni dovoljeno nastopiti v individualnih borbah (je diskvalificiran), vseeno pa lahko nastopi v ekipnih borbah, če je prijavljen v to disciplino.

Na žrebanju, ki je javno, sta poleg uradnih funkcionarjev lahko prisotna po dva trenerja iz države. Skladno s pravili se v prvem krogu tekmovanja ne smejo med seboj pomeriti dobitniki medalj (1., 2., in dve 3. mesti) s prejšnjega prvenstva. Žreb je narejen posebej glede na starostno kategorijo, spol in tekmovalno disciplino.

Tekmovalci v času svojega nastopa nosijo dobok in pas, ki označuje njihovo stopnjo. V času, ko ne tekmujejo, so tekmovalci lahko oblečeni v trenirko in športne copate. Prizorišče tekmovanja (borišče, ring) je pokrito s tekmovalnimi blazinami (tatamijem) in je za vse tekmovalne discipline velik 9 × 9 m, na vsaki strani pa je še dodatni meter varnostnega polja (skupna velikost ringa je 11 × 11 m).

Tekmovalci v borbah uporabljajo obvezno in neobvezno zaščitno opremo, ki mora biti v rdeči ali modri barvi<sup>12</sup> in ne sme vsebovati trdih materialov (npr. kovina, plastika). Med obvezno zaščitno opremo sodijo rokavice, ščitniki za stopala, ščitnik za zobe,

---

s trakcem višje stopnje oziroma barve pasu. Nasprotno pa vsi nosilci 9 mojstrskih stopenj nosijo črni pas z označbo stopnje, ki je izvezena na pasu v obliki rimske številke.

<sup>12</sup> S pomočjo barve zaščitne opreme sodniki lažje točkujejo točke posameznega tekmovalca. V predpisani barvi morajo biti le rokavice, ščitniki za stopala ter čelada, vsa ostala zaščitna oprema je lahko poljubne barve.

ščitnik za genitalije (za moške), ščitnik za prsi (za ženske) in čelada (za mladince). Kot neobvezno opremo pa je tekmovalcem dovoljeno uporabljati še ščitnik za rebra (veterani), čelado (veterani), ščitnike za golenici, ščitnike za podlahtnici ter ostalo opremo, ki je iz elastičnih ali mehkih materialov. Prav tako na tekmovanju ni dovoljeno uporabljati lasnih sponk, nakita, povojev, trakovi pa morajo biti zavezani.

Pravila določajo tudi število tekmovalcev, ki lahko zastopajo državo v individualnih oziroma ekipnih dogodkih znotraj posameznih disciplin določene starostne kategorije. Tako lahko na veteranskih prvenstvih nastopijo do trije tekmovalci v formah (glede na stopnjo pasu za vse razrede) in borbah (skladno s težinskimi kategorijami). Na mladinskih in članskih svetovnih prvenstvih pa je dovoljen nastop dvema tekmovalcema iz države v individualnih dogodkih po posameznih disciplinah. Mladinsko in člansko ekipo sestavlja pet tekmovalcev in dodaten tekmovalec kot rezerva (pravilo »5+1«). V veteranski ekipi pa je največje možno število tekmovalcev omejeno na tri ter dodatno rezervo (pravilo »3+1«). Pri ekipnih dogodkih za vse starostne kategorije velja pravilo, da ista ekipa izvaja vse ekipne dogodke razen samoobrambe; torej forme, borbe, specialno tehniko in test moči.

### **3.1.2 TEKMOVALNA PRAVILA POSAMEZNIH DISCIPLIN**

#### **a) FORME**

V individualnih formah tekmujeta dva tekmovalca hkrati glede na njuno stopnjo pasov. Tekmovalci najprej izvajajo svojo izbirno formo, nato pa še določeno formo, ki jo izbere sodniška porota, hkrati pa ne sme biti enaka kot izbirna. Pri izvajanju form se ocenjujejo tehnična vsebina (do 10 točk), ravnotežje (do 6 točk), moč (do 6 točk), kontrola dihanja (do 6 točk) in ritem (do 6 točk).

Pri ekipnih formah namesto posameznih tekmovalcev izmenično tekmujeta dve ekipi<sup>13</sup>, ki prikažeta svoje skupinsko delo. Glede same izvedbe izbirne in obvezne forme se uporabljajo enaka pravila kot pri individualnih formah. Pri ocenjevanju ekipnih form pa se točkujejo koreografija (do 10 točk), tehnična vsebina (do 10 točk), moč (do 6 točk), ravnotežje (do 6 točk), kontrola dihanja (do 6 točk) ter ritem (do 6 točk).

Zmaga tekmovalec oziroma ekipa, za katerega oziroma za katero se odloči večina od petih sodnikov. V primeru neodločenega rezultata se izvaja nova forma, ki jo določi predsednik sodniške porote, hkrati pa mora biti različna od že prej izvedenih form. Tak postopek se ponavlja, dokler ni izbran zmagovalec.

---

<sup>13</sup> Ekipo lahko sestavljajo tekmovalci z različnimi stopnjami pasov, vendar se mora ekipa pri izvajanju izbirne in obvezne forme prilagoditi tekmovalcu z najnižjo stopnjo pasu.

## **b) BORBE**

V borbah so tekmovalci v vsaki starostni kategoriji razdeljeni v težinske kategorije. Trajanje individualnih borb je različno glede na starostno kategorijo tekmovalcev: mladinske in članske borbe trajajo dvakrat po 2 minuti, veteranske pa dvakrat po 1,5 minute. V ekipnem delu vsaka mladinska in članska borba traja enkrat po 2 minuti, veteranska pa enkrat po 1,5 minute. V vseh kategorijah je med rundami minuta odmora.

Pri tekmovanju v borbah je treba biti pozoren na določena pravila, ki so povezana z večjo varnostjo tekmovalcev - pravila glede udarnih oziroma ciljnih površin, ki jih tekmovalca uporabljata oziroma skušata zadeti, kazni za prekrške ter kriterij točkovanja. Udarna površina tekmovalca so le deli njegove roke (pest, dlan) in noge (nart, blazinice stopala, peta, podplat). Ciljna površina je zaradi varnosti precej omejena: dovoljeno je udarjati le v sprednji in stranski del trupa oziroma obraza<sup>14</sup>. Udarjanje v zadnji del glave, vratu ali v hrbet in pod pas je prepovedano, tekmovalec pa je za takšne udarce kaznovan. Vsi udarci se točkujejo le, če je napad ustavljen 2 cm pred tarčo (ni izveden s polno močjo) in če sta uporabljeni prava udarna in ciljna površina. Točke pa se dodeljujejo po naslednjem točkovalnem sistemu:

a) 1 točka je dodeljena za:

- ročni napad, usmerjen v srednji ali visoki del,
- nožni napad, usmerjen v srednji del,
- ročni napad v skoku, usmerjen v srednji del (obe nogi v zraku) ali
- popolno obrambo.

b) 2 točki sta dodeljeni za:

- nožni napad, usmerjen v visoki del,
- vsak ročni napad v skoku, usmerjen v visoki del (obe nogi v zraku) ali
- vsak nožni napad v skoku, usmerjen v srednji del.

c) 3 točke so dodeljene za:

- nožni napad v skoku, usmerjen v visoki del,
- nožni napad v skoku z obratom za 180°, usmerjen v srednji del ali
- ročni napad v skoku z obratom za 180° (ali več), usmerjen v visoki del.

d) 4 točke so dodeljene za:

- nožni napad v skoku z obratom za 180°, usmerjen v visoki del ali

---

<sup>14</sup> Kot sprednji del trupa oziroma glave se štejejo vsa področja telesa, ki so frontalno vidna: sprednji in stranski del obraza in vratu, pri trupu pa sprednji del trupa (meja med zadnjim in sprednjim delom trupa je linija od pazduhe do pasu, ki poteka na obeh straneh telesa).



- nožni napad v skoku z obratom za 360°, usmerjen v srednji del.

e) 5 točk je dodeljenih za:

- nožni napad v skoku z obratom za 360°, usmerjen v visoki del.

Kot smo že omenili, je tekmovalec za storjene nepravilnosti kaznovan - lahko z opozorilom, rumenim kartonom, v najhujših primerih pa celo z rdečim kartonom (diskvalifikacijo). Pri kaznovanju moramo omeniti tudi pravilo, ki narekuje, da mora tekmovalec v vsaki rundi rednega dela borbe izvesti obvezno tehniko (nožni napad v skoku za 180° ali več), drugače je kaznovan z odvzemom 2 točk v vsaki rundi. Omenjeno pravilo velja le za mladinske in članske kategorije.

Za manjše prestopke se dodelijo opozorila, njihovo število pa je neomejeno. Tekmovalcu se za vsaka dobljena tri opozorila od rezultata odšteje po 1 točka. Vendar pa 3 odštete točke, zbrane z opozorili, ne pomenijo diskvalifikacije tekmovalca. Opozorilo se tekmovalcu dodeli za naslednje prestopke:

- nizek udarec ali udarec v nedovoljeno območje,
- popoln izhod iz ringa (z obema nogama),
- izguba ravnotežja oziroma padec,
- pozdravljanje z rokavicami po začetku borbe,
- uporaba nedovoljene tehnike (koleno, komolec ipd.),
- prijemanje in potiskanje nasprotnika, govorjenje,
- simuliranje poškodbe,
- obračanje stran in namensko izogibanje borbi,
- več kot dve zaporedni ročni tehniki,
- navijanje ob doseženi točki ali
- neupoštevanje navodil centralnega sodnika.

Za resnejše kršitve se tekmovalcu dodeli rumeni karton, ki pomeni, da se tekmovalcu za vsak dobljeni rumeni karton odšteje po 1 točka. Če tekmovalec v eni celotni borbi zbere tri rumene kartone, je diskvalificiran. Med hujše kršitve se štejejo:

- kakršnokoli žaljenje nasprotnika,
- grizenje, praskanje, ščipanje,
- napad padlega ali nepripravljenega nasprotnika, kadar je sodnik že ustavil borbo,
- premočan kontakt,
- prevelika razburjenost ali
- napad s čelom (glavo).

Rdeči karton (diskvalifikacija) pa se dodeli za najhujše prestopke, ki lahko resno ogrozijo varnost in zdravje udeležencev:

- s premočnim kontaktom onemogočiti nasprotniku, da nadaljuje s tekmovanjem,
- nenehno ignoriranje navodil centralnega sodnika,
- ignoriranje zdravnikovega nasveta,
- ob sumu, da je tekmovalec pod vplivom alkohola ali drog,
- neprimerno vedenje do uradnih oseb oziroma
- ko tekmovalec dosežene tri rumene kartone v eni borbi.

Zmaga tekmovalec, za katerega se odloči večina od štirih sodnikov. V primeru neodločenega rezultata borbe se izvede podaljšek, ki traja 1 minuto. Če je rezultat ponovno neodločen, pa sledi borba na zlato točko. Pri tej borbi zmaga tekmovalec, ki prvi doseže točko, ne glede na čas oziroma gledano drugače - poraženec je tisti tekmovalec, ki prvi prejme tri opozorila ali rumeni karton.

Posebej zanimivo je tekmovanje v ekipnih borbah, kjer ekipo sestavlja šest tekmovalcev (pravilo »5+1«) ne glede na težo ali stopnjo pasu. Žreb z metanjem kovanca določi, katera ekipa prva pošlje tekmovalca v ring.

Pri določitvi zmagovalca v ekipnih borbah veljajo enaka pravila kot za individualne borbe (razen v primeru neodločenega rezultata). Kadar član ekipe zmaga, prejme njegova ekipa 2 točki, v primeru neodločenega izida pa ekipa prejme 1 točko. Ekipa, ki z zmagami ali neodločenimi izidi prva doseže 6 točk, zmaga. V primeru, da je končanih vseh pet borb in je rezultat neodločen, takrat vsak trener določi tekmovalca, ki se bori v dodatni borbi. Ekipa, iz katere je zmagovalec, zmaga. Lahko pa se zgodi, da tudi po tej dodatni borbi še vedno ni odločeno o zmagovalcu, zato se v tem primeru izvede podaljšek in borba na zlato točko, ki določi zmagovalno ekipo.

### **c) TEST MOČI IN SPECIALNA TEHNIKA**

V testu moči in specialni tehniki se tekmuje na enak način, zato ju predstavljamo skupaj. Pri testu moči se tekmuje v lomljenju desk s petimi različnimi ročnimi in nožnimi tehnikami pri članih oziroma s tremi tehnikami pri veteranih. Deske so plastične in enotnih dimenzij (30 cm × 30 cm × 2 cm), število desk pa je pri vsaki posamezni tehniki predpisano z minimalnim standardom. Specialna tehnika pa pomeni lomljenje tanjših lesenih desk s petimi različnimi nožnimi udarci v višino oziroma daljino preko določene ovire. V zadnjih letih se na prvenstvih uporabljajo plastične deske, dimenzij 30 cm × 30 cm × 1,5 cm, ki so pritrjene na posebna stojala. Tekmovanja v specialni tehniki se lahko udeležijo le mladinci in člani, za vsako starostno kategorijo in spol pa so določene minimalne višine in daljina.

Tekmovanje v obeh individualnih disciplinah poteka tako, da vsi tekmovalci najprej opravijo kvalifikacije; v naslednji krog tako napredujejo le tisti tekmovalci, ki so se

uspešno kvalificirali, torej popolnoma razlomili (ločili) oziroma premaknili desko z izbirno tehniko. V nadaljnjem krogu tekmovalec poizkuša razlomiti oziroma premakniti deske s še ostalimi določenimi tehnikami, pri čemer se točke dodelijo glede na število zlomljenih desk<sup>15</sup>. Ko je dokončanih vseh pet tehnik, se vse točke posameznega tekmovalca seštejejo in izmed treh najboljših tekmovalcev, zmaga tisti, ki zbere najvišje število točk. Če ima več tekmovalcev enako število točk, se izžreba tehnika, ki jo morajo opraviti. To nadaljujejo, dokler ne dobijo zmagovalca. Način tekmovanja je zelo podoben v ekipnih različicah, s to razliko, da si tekmovalci razdelijo izvajanje posamezne tehnike in se dogovorijo, kateri tekmovalec bo nastopil v kvalifikacijah. Način tekmovanja, delitev točk in izbira zmagovalne ekipe pa so enaki kot pri individualnih disciplinah.

#### **d) SAMOOBRAMBA**

Samoobramba velja za najatraktivnejšo tekmovalo disciplino v taekwon-doju. Pri samoobrambi je drugačna sestava ekipe kot pri ostalih ekipnih dogodkih; ekipo sestavljajo »heroj« in dva ali trije »napadalci«, odvisno glede na spol »heroja«. Hkrati pa morajo tekmovalci nositi ustrezno obleko, izvesti morajo obvezne tehnike ter tudi upoštevati čas same izvedbe nastopa<sup>16</sup>.

Pri samoobrambi so ekipne razdeljene v vsaj dve skupini, v vsaki je največ osem ekip. Vsaka ekipa predstavi svoj nastop, pri tem pa sodniki ocenjujejo tehnično vsebino, ekipno delo (pravočasnost, čas in hitrost) in umetniški vtis (koreografijo in realnost). Ekipi z najvišjim številom točk iz vsake skupine se pomerita v finalu. Če imata dve ali več ekip v finalu enako število točk, je zmagovalna ekipa izbrana glede na skupen seštevek točk iz izločevalnega in finalnega dela. Če so točke spet enake, potem ekipi ponavljata svoji predstavitvi toliko časa, dokler ni izbran zmagovalec.

---

<sup>15</sup> V testu moči dobi tekmovalec za vsako razlomljeno desko 3 točke, za vsako počeno desko 1 točko ter 0 točk za nepočeno desko ali za nepravilen udarec (npr. z napačnim delom telesa ali pri poizkusu pade). Glede na to, da se pri specialni tehniki uporabljajo plastične deske, pritrjene na stojalo, je točkovanje temu prilagojeno: tekmovalec dobi 3 točke za vsako premaknjeno desko (premik deske za 90°), 1 točko za vsako delno premaknjeno desko (za dotik deske) oziroma 0 točk, če tekmovalec pade ali izvede nepravilno tehniko udarca.

<sup>16</sup> »Heroj« predstavitve mora nositi ITF dobok, medtem ko lahko »napadalci« nosijo oblačila, ki ustrezajo njihovim vlogam. Časovna omejitev je predpisana in različna glede na spol: mladinci in člani imajo za svoj nastop na voljo od 40 do 60 sekund, vsi ostali (mladinke, članice, veterani in veteranke) pa imajo za izvedbo na voljo od 30 do 50 sekund.

## 4 NASILJE

### 4.1 NASILJE ALI AGRESIVNOST?

Pri preučevanju literature na tematiko splošnega nasilja in nasilja v športu smo opazili, da obstajajo različne oblike pojmovanja nasilja; pojavljajo se pojmi, kot so zloraba, trpinčenje, nadlegovanje, izkoriščanje, viktimizacija, nasilje, agresivnost. Med naštetimi pojmi sta za naše raziskovanje pomembna nasilje in agresivnost, s tem pa tudi dve značilnosti, ki se ob teh pojmi pojavljata. Prvo značilnost predstavlja praviloma istočasno pojavljanje pojmov nasilja in agresivnosti, pri čemer pojma nista vedno razmejena ali pojasnjena (Mugnaioni Lešnik, Koren, Logaj in Brejc, 2009) in se pogostokrat uporabljata napačno - kot sopomenki (Bučar Ručman, 2004; Mugnaioni Lešnik et al., 2009; Živanović in Randelović, 2011). Druga značilnost pa je ta, da agresijo in nasilje pojasnjuje več znanosti (sociologija, antropologija, politične vede, pravo ipd.), pri tem pa vsaka znanost pojma opredeljuje iz svojega zornega kota, kar prispeva k še večji nejasnosti pri njuni razlagi. Kljub temu pa je večina definicij nasilja nastala znotraj psihologije ali medicine (psihiatrije), zato tudi prevladuje psihološki/psihiatrični diskurz in njemu lasten vidik razumevanja nasilja (Mugnaioni Lešnik et al., 2009). Za boljše razumevanje pojmov si v nadaljevanju pogledajmo nekaj definicij agresivnosti in nasilja, pri čemer bo zaradi obravnavane tematike večji poudarek na nasilju.

#### 4.1.1 AGRESIVNOST

Pojem agresivnost velja za enega najbolj protislovnih in nejasnih pojmov v psihologiji. Različni avtorji agresivnost pojmujejo kot instinkt, nagon, izvor energije, čustvo, način prisile, reakcijo na frustracijo<sup>17</sup> (Pušnik, 1999). V literaturi se pojavljata dve obliki pojmovanj agresivnosti. Širša pojmovanja nam dajejo popolnejši pregled nad vlogo posameznih izrazov agresivnosti v sklopu celotnega psihičnega delovanja, vendar so precej nejasna, saj ni vedno očitno, kaj avtor misli, ko govori o agresivnosti. Ožja pojmovanja pa imajo predvsem praktičen značaj in označujejo konkretne oblike obnašanja, ki so predmet raziskave (Lamovec in Rojnik, 1978). Vendar pa se večina avtorjev izogiba obeh skrajnih opredelitev in upošteva poškodbo, namen in okoliščine dejanja kot osnovo za opredelitev agresivnosti (Pušnik, 1999).

Na splošno je agresivnost opredeljena kot obnašanje, ki rezultira v osebnem poškodovanju in fizičnem uničevanju (Bandura v Bučar Ručman, 2004). Vendar pa Bučar Ručman (2004) opozarja, da nekateri avtorji v pojem agresivnosti prištevajo

---

<sup>17</sup> Izraz agresija uporabljamo takrat, kadar se le-ta nanaša na trenutno reakcijo, agresivnost pa označuje trajno značilnost posameznika (Lamovec in Rojnik, 1978).

tudi obnašanje, ki poleg rezultata fizičnega poškodovanja prizadeja tudi druge vrste negativnih posledic. Tako Berkowitz (v Bučar Ručman, 2004) smatra za agresijo vsako obnašanje (fizično ali verbalno), ki se izvaja z namenom nekoga fizično ali psihično prizadeti ali ga oškodovati. Tudi Ule (2009) meni, da pri agresivnosti ne gre vedno le za fizično nasilje. Ljudje so lahko agresivni, ne da bi bili fizično nasilni; zmerljivka (npr. bebec, debeluhar) lahko sočloveka bolj prizadene kot zaušnica. Čeprav oboje ruši človekovo dostojanstvo, pa se porušena samopodoba pogostokrat težje vzpostavi, kot pa se pozdravi fizična poškodba. Nasilje tako predstavlja zunanji izraz agresije. Tudi Pušnik (1999) izključuje nujno prisotnost fizičnega poškodovanja v agresivnosti: »Agresivnost je vedenjska značilnost, ki se kaže v gospodovalnosti, nasilnih ali napadalnih besedah ali dejanjih proti drugim ljudem« (str. 24). Menimo, da agresivnost najbolje pojasnujeta Baron in Richardson (v Živanović in Randelović, 2011), ki podajata nekoliko širšo definicijo, po kateri je agresivnost kakršnakoli oblika vedenja, katerega cilj je prizadeti ali raniti drugo živo bitje, ki pa se želi izogniti takšnemu ravnanju.

Iz podanih definicij je mogoče razbrati, da so za opredelitev nekega dejanja kot agresivnega, vedno potrebni (Ule, 2009):

- a) *mnenje »opazovalca«*, da je agresivna oseba s svojim ravnanjem namenoma želela povzročiti škodo ali bolečino drugi osebi,
- b) *socialna opredelitev*, ki določeno ravnanje označi za agresivno vedenje in se pri tem opira na veljavne socialne norme,
- c) *vrednotna komponenta* opredelitve. Agresija predstavlja v večini družb negativno obliko obnašanja (asocialno vedenje), ki ga je potrebno še posebno nadzorovati in zožiti na minimum. Moramo pa še omeniti, da agresivno obnašanje v različnih družbah ni enako vrednoteno; v neki družbi je agresivno vedenje sprejeto kot asocialno, spet v drugi pa pomeni normalno vedenje.

Na podlagi razprav o agresivnosti so se v preteklosti izoblikovale številne dihotomne delitve agresivnosti, v novejšem času pa je poudarek na večdimenzionalnem konceptu agresivnosti. V nadaljevanju podajamo glavne dihotomne delitve agresivnosti, ki se pri določenih avtorjih med seboj prekrivajo.

Največkrat uporabljena delitev agresivnosti je delitev glede na obliko izražene agresivnosti. Tako se največkrat govori o verbalni in fizični agresivnosti (Ramirez in Andreu, 2003). Fizična agresivnost se kaže v direktnem fizičnem napadu na drugo osebo (Žužul v Bučar Ručman, 2004) ali proti samemu sebi (samopoškodbe, samomor ipd.) (Bučar Ručman, 2004). Verbalna agresivnost pa pomeni verbalni napad na

samopodobo druge osebe z namenom prizadejati ji psihološko bolečino (Infante in Wigley v Bekiari, Digelidis in Sakelariou, 2006). Največkrat se kaže kot zbadljivke glede sposobnosti in videza osebe, zasmehljivke, žalitve, grožnje, kletvice (Bekiari et al., 2006), obrekovanje, šepetanje, širjenje zlobnih govoric, sarkazem in uporabo vzdevkov (Ramirez in Andreu, 2003). Ob tem Underwood (v Ramirez in Andreu, 2003) govori o obstoju še tretje oblike agresivnosti, ki jo poimenuje gestikulacijska agresivnost, in se kaže kot obrazna mimika ali geste (npr. kretnje, zavijanje z očmi, stremljenje, ignoriranje).

Obstaja tudi delitev agresivnosti na podlagi izbora cilja agresivnega vedenja: lahko je usmerjena na izvor frustracij ali pa je prenesena na drug cilj (Lamovec in Rojnik, 1978). Tako ločimo direktno in preneseno agresivnost. O direktni govorimo takrat, kadar se izvaja proti osebi, ki je na določen način izzvala agresivno obnašanje. Prenesena agresivnost pa se izvršuje nad nadomestnimi cilji, ki so lahko osebe ali predmeti (Žužul v Bučar Ručman, 2004).

Buss (v Ramirez in Andreu, 2003) glede na smer agresivnosti govori o aktivni in pasivni agresivnosti. Pri aktivni agresivnosti je nasilno dejanje storjeno s posebnimi agresivnimi dejanji (npr. z udarci, ostrimi verbalnimi napadi, kritiko) (Ule, 2009), zato jo označujemo tudi kot (fizično ali verbalno) nasilje (Lamovec in Rojnik, 1978). Pasivna agresivnost, kjer gre za posredno upiranje zahtevam avtoritete, se kaže v pozabljanju dogovorov, zamujanju, zavlačevanju z delom, izgubljanju pomembnih stvari (Pačnik v Mugnaioni Lešnik et al., 2009), napačnemu razumevanju, nezaznavanju, nenehnemu sumničenju ipd. (Pušnik, 1999).

Glede na to, ali je primarni namen poškodovati nekoga, ločimo instrumentalno in sovražno (čustveno) agresivnost. Primarni namen instrumentalne agresivnosti ni poškodovanje drugega, ampak je agresivno dejanje sredstvo za doseg drugega, neagresivnega cilja; storilec smatra žrtev kot oviro, ki jo mora premagati, da pride do cilja. Nasprotno pa gre pri sovražni agresivnosti za odkrito izražanje sovraštva med akterjem in žrtvijo, pri čemer je agresija usmerjena proti žrtvi, cilj agresije pa je prizadeti ali poškodovati žrtev (Ule, 2009).

Ena najstarejših delitev, ki jo je leta 1941 uvedel Rosenzweig, je delitev glede na odgovor na frustracijo: pozitivna in negativna agresivnost (Ramirez in Andreu, 2003). Medtem ko je slednja uničevalna in kot taka škodljiva za družbo, je pozitivna agresivnost<sup>18</sup> socialno sprejemljiva in vsebuje konstruktivne oblike vključevanja posameznika v družbo. Ker lahko vsebuje usmeritev v pridobivanje moči, doseganje

---

<sup>18</sup> Pozitivno agresivnost pogostokrat uporabljamo v učenju, udeležbi v športu, humorju in drugih oblikah vsakodnevnega življenja (Kristančič v Mugnaioni Lešnik et al., 2009).

uspehov in ustvarjalnost, jo imenujemo tudi zdrava agresivnost (Kristančič v Mugnaioni Lešnik et al., 2009). Oblika pozitivne agresivnosti je asertivnost, ki je agresivnost brez prizadevanja škode drugemu oziroma boj za svoje potrebe ob hkratnem spoštovanju drugih (Pušnik, 1999). O asertivnosti in agresivnosti v športu pa govorita Živanović in Randelović (2011), ki pravita, da je kljub dinamični in agresivni igri na tekmovanju, treba pri doseganju zastavljenega cilja upoštevati pošten način tekmovanja (fair play), zato je asertivno vedenje osnovna sestavina športnega uspeha. Nasprotujeta pa negativni agresivnosti v športu, ki je označena kot vedenje, ki ni opredeljeno s pravili igre oziroma leži izven teh pravil. Namen agresivnih športnikov je namerno povzročiti bolečine ali poškodbe drugim tekmovalcem.

Vidimo, da pod splošen pojem agresivnost uvrščamo širok spekter izrazov, povezanih z različnimi oblikami vedenja (Ramirez in Andreu, 2003). Prav tako preko 100 različnih definicij agresivnosti, ki so posledica različnih zanimanj raziskovalcev, povzročajo terminološko zmedo na tem področju (Ramirez, 2010). Zato lahko upravičeno trdimo, da zaradi pogoste uporabe izraza agresivnosti v splošnem in netočnem pomenu ni mogoče izoblikovati enotne in celovite definicije agresivnosti. Pa vendar lahko na kratko agresivnost označimo kot dejanja, katerih glavni namen je povzročiti škodo drugemu živemu bitju ali si ga podrediti v hierarhičnem odnosu.

#### **4.1.2 NASILJE**

Skozi predstavljene definicije agresivnosti smo dobili uvid, da je nasilje pravzaprav izraz »negativne«, »nesprejemljive« agresivnosti, ki je uničujoča in povzroča škodo tako posameznikom kot tudi družbenim skupinam. Zato jo družba, v skladu s svojimi kulturnimi in civilizacijskimi normami, opredeljuje kot nesprejemljivo in nedopustno (Mugnaioni Lešnik et al., 2009). Za razumevanje kompleksnosti pojava nasilja, je tega treba razumeti v socialnem času in prostoru (Ule v Mugnaioni Lešnik et al., 2009), saj je nasilje tako individualen kot tudi družbeni fenomen. Za agresivnost in nasilje velja, da v resnici »nastaneta« šele v trenutku, ko ju kot agresijo ali nasilje prepoznajo tisti, ki ju vrednotijo oziroma konstruirajo kot (ne)sprejemljivo dejanje v nekem družbenem in socialnem okolju (Mugnaioni Lešnik et al., 2009).

Večina avtorjev v poskusu ločevanja med agresivnostjo in nasiljem vidi nasilje kot ekstremno obliko agresivnosti na njenem kontinuumu (Ramirez, 2010). Gomez-Jarabo (v Ramirez, 2010) pojasnjuje prehod agresivnosti v nasilje: kadar uporaba sile preide preko meja sprejemljivega, agresivnost postane nasilje, kar je vedno nesprejemljivo. Nasilje je zato negativna, pretirana in neprimerna oblika vedenja, ki je uporabljena za destruktivne cilje in zato nesprejemljiva (Ramirez, 2010). Ostrman (v Mugnaioni

Lešnik et al., 2009) opredeljuje nasilje kot »dejaven odnos do koga, značilen po uporabi sile, pritiska, da storilec uresniči svoje želje, potrebe, načrte« (str. 22). Za Žužula (v Bučar Ručman, 2004) je nasilje grobi napad na drugo osebo, rezultat pa je izrazito poškodovanje ali prizadejanje fizične škode tej osebi.

Temu pa oporeka Kanduč, ki nam tako hkrati podaja širši vpogled na koncept nasilja. Poudarja, da se beseda »nasilje« uporablja preveč splošno, saj se nasilje ne nanaša več samo na telesno nasilje, katerega posledice so smrt, poškodba itd., ter na spremljajoče psihične težave, ampak tudi na druge oblike individualnega in strukturiranega nasilja. Gledano s pravnega vidika, pomeni nasilje neupravičeno uporabo sile oziroma prisiljevanja, sama pojmovanja nasilja pa so odvisna od pripadnosti spolu, družbenim skupinam ali celo subkulturam in so zato pomembno drugačna (Kanduč v Mugnaioni Lešnik et al., 2009). Tudi Galtung (1969), podobno gleda na nasilje, saj trdi, da je »nasilje prisotno takrat, kadar se na ljudi vpliva tako, da je njihova dejanska telesna in duševna učinkovitost na nižjem nivoju od potencialne«<sup>19</sup> (str. 168). Oba avtorja tako nakazujeta, da poleg osebnega nasilja obstaja še drugo, t. i. strukturno nasilje, ki je vpeto v samo strukturo družbe.

Poleg Kanduča in Galtunga nasilje zelo dobro opredeljuje tudi Schilling (v Petrović in Doupona, 1996), ki pravi, da se lahko nasilje izraža z dejanskim ali namišljenim dejanjem, z besedami ali nebesednimi (gibalnimi) dejanji, s škodo, ki jo povzročamo sebi ali drugim, z oblikami, ki jih družba odobrava ali ne, na način, kjer žrtev za nasilje ve ali ne ve. Društvo za nenasilno komunikacijo [DNK] (n. d.) pa k temu dodaja, da je nasilje namerno, nadzorovano, razumno in premišljeno dejanje, ki se po navadi ponavlja. Opredeljeno je kot način, s katerim si povzročitelj skuša v odnosu zagotoviti moč in nadzor nad žrtvijo in uresničiti svoje interese. Pri tem pa nasilje vedno izhaja iz neravnovesja moči med dvema osebama; gre za zlorabo moči, o kateri govorimo takrat, ko ima ena oseba že v osnovi več moči nad drugo osebo zaradi družbenega položaja, starosti, nacionalnosti, fizičnih ali umskih lastnosti in to moč izkorišča v škodo druge osebe. Omenjena definicija precej ustreza definiciji zlorabe, pri kateri gre za »zlo rabo« nekoga ali nečesa; gre za izrazito nesorazmerje moči v odnosu med povzročiteljem in žrtvijo nasilja in kot taka pomeni hujšo obliko nasilja in trpinčenja šibkejših subjektov. V nasprotju z zlorabo je nasilje splošnejši in

---

<sup>19</sup> Potencialna učinkovitost pomeni stopnjo resničnega izkoristka vseh potencialov (sredstev in sposobnosti), ki jih ima posameznik na voljo za rešitev problema. Dejanska učinkovitost, ki je nižja od potencialne, pa pomeni, da posameznik potencialne učinkovitosti zaradi različnih zaviralnih dejavnikov ne izkoristi v polni meri (Ule, 2009).



nevtralnejši izraz, ki vključuje pozitivno in negativno agresivnost. Večinoma gre pri nasilju za manifestacijo negativne agresivnosti (Mugnaioni Lešnik et al., 2009).

Pri opredeljevanju nasilja ne smemo pozabiti, da definicija nasilja ni statična, ampak je in vedno bo spremenljiva. Odgovor na to, kaj je nasilje, je odvisen od številnih socialnih situacij in okoliščin. Nasilje je socialni fenomen, zato mora definicija ostati fluidna, prav tako pa tudi spreminjajoča se socialna razmerja in interpretacija teh razmerij. Za razumevanje nasilja je vedno treba analizirati okoliščine, v katerih se nasilje dogaja (kaj se je zgodilo, kdaj, kje in pred kom). Pri analizi nasilnega dejanja je treba upoštevati: 1) samo dejanje, 2) razmerje, v katerem so osebe, med katerimi se dogaja nasilje, 3) prostor, kjer se nasilno dejanje zgodi, in 4) rezultat ali škoda, ki je bila povzročena z nasilnim dejanjem (Stanko, 2005).

Podatkov o dejanskem obsegu nasilja je sorazmerno malo, kljub temu pa je mogoče obseg celotne problematike nasilja predstaviti z obliko ledene gore (slika 1). Najzanesljivejši podatki, ki predstavljajo vrh ledene gore, so podatki o številu smrtnih žrtev nasilnih dejanj. Tudi podatki, ki jih zberejo policija ali druge institucije ob obravnavi žrtev nasilja, močno podcenjujejo resnični obseg problematike nasilja, saj so odvisni od občutljivosti družbe in angažiranosti institucij. Več informacij lahko dobimo iz raziskav, vendar je v tem primeru zanesljivost pridobljenih podatkov odvisna od načina zbiranja podatkov in pripravljenosti žrtev, da spregovorijo o svoji izkušnji nasilja (Krug et al. v Brecej Anderluh et al., 2015). Največje polje problematike nasilja pa predstavlja skrito nasilje.



**Slika 1:** Obseg problematike nasilja (Svetovna zdravstvena organizacija [WHO]<sup>20</sup> v Brecej Anderluh et al., 2015)

<sup>20</sup> WHO - World Health Organization

## 4.2 OBLIKE NASILJA

Pri pregledu literature smo zasledili, da v družbi veljajo zmotne predstave o obstoju različnih oblik nasilja in njegovih povzročiteljih. Tako se največkrat govori le o klasičnih oblikah nasilja, torej o fizičnem, psihičnem, spolnem in ekonomskem nasilju. Vendar pa nasilje pozna virtualno neskončno oblik in vsebin (Petrović in Doupona, 1996), ki se med seboj prepletajo. Z raziskovanjem nasilja kot zlorabe moči, ki je temelj vsakokratnih družbenih razmerij in družbenoekonomske ureditve, so se pojavila tudi drugačna pojmovanja nasilja. Le-ta so bolj kot neposredno nasilje med subjekti odkrivala »skrito« nasilje, ki zagotavlja reprodukcijo vrednot, norm in družbenega sistema. Na podlagi teh pojmovanj so nastale teorije<sup>21</sup> o strukturnem in sistemskem nasilju, objektivnem nasilju, posrednem in simbolnem nasilju (Mugnaioni Lešnik et al., 2009). Zmotno je tudi prepričanje, da so storilci nasilja le moški; tudi ženske so lahko povzročiteljice nasilja.

V nadaljevanju predstavljamo klasične oblike nasilja (psihično, fizično, spolno in ekonomsko nasilje, zanemarjanje), ki se večinoma pojavljajo kot nasilje v družini. Ne smemo pa zmotno meniti, da v drugih sferah našega življenja nasilje ne obstaja ali se ne pojavlja; obstaja, le v drugačni preobleki. Zato predstavljamo še strukturno in institucionalno nasilje, ki nam dajeta še širši pogled na problematiko nasilja.

### 4.2.1 PSIHIČNO NASILJE

Psihično (tudi duševno, verbalno) nasilje predstavlja najbolj razširjeno obliko nasilja. Hkrati pa ga je tudi najtežje definirati, saj meja med sprejemljivim in nesprijemljivim, ki jo mora začrtati vsak posameznik, označuje stopnjo osebne tolerance do posameznih načinov psihičnega nasilja. Te meje pa so pri posameznikih različne in se stalno spreminjajo, zato se prav vsi včasih pojavimo v vlogi storilca ali žrtve psihičnega nasilja (Kuhar, Guzelj, Drolc in Zabukovec, 1999).

S pojmom psihično nasilje (nekateri avtorji ga imenujejo tudi trpinčenje, mobing<sup>22</sup>, šikaniranje<sup>23</sup>) označujemo vsakršna dejanja, ki se dogajajo predvsem na besedni

---

<sup>21</sup> Zaviršek (v Mugnaioni Lešnik et al., 2009) pravi, da so teorije, ki so nasilje preučevale družbeno kritično, odpirale nove in drugačne poglede na nasilje. Tovrstne teorije so v reprodukciji družbenih odnosov in družbenoekonomskih sistemov videle ključni problem nasilja v modernem svetu, zato so se usmerjale v preučevanje sistema, njegovih vidnih in nevidnih struktur reprodukcije ter v delovanje temeljnih (družina, šola, država) kot tudi totalnih institucij (vojska, policija, zapori, psihiatrične ustanove). Raziskovale so vlogo ideoloških aparatov države pri reprodukciji obstoječih vrednot in kulture.

<sup>22</sup> Po Leymanu (v Brečko, 2010) je mobing »konfliktov polna komunikacija na delovnem mestu med sodelavci ali med podrejenimi in nadrejenimi, pri čemer je napadena oseba v

ravni, in ki se na nezaželen in grob način dotaknejo človekove psihe. Psihično nasilje napada samozavest, psihično stabilnost in duševnost sočloveka. Natančneje med psihično nasilje umeščamo (Kuhar et al., 1999, Novak, 2013):

- namerno ali nenamerno uporabo grobih besed ali mnenj,
- vpitje, žaljenje, zmerjanje, poniževanje in diskriminacijo drugih oseb,
- posmehovanje, ustvarjanje negativnih mnenj o človeku na podlagi predsodkov in stereotipov,
- prepir ali nesoglasja, kjer ena stran zlorablja svojo fizično, psihično, ekonomsko, hierarhično, institucionalno ali drugo premoč,
- izsiljevanje in grožnje (tudi s fizičnim, ekonomskim ali drugim nasiljem),
- pretirano kritičnost, podcenjevanje,
- socialno izolacijo, ignoriranje (molk kot sredstvo pritiska),
- ljubosumje, posesivnost, nadzorovanje, postavljanje ultimativ, zahteve po pozornosti,
- zbujanje občutkov krivde in manjvrednosti idr.

V okviru psihičnega nasilja moramo omeniti še čustveno oziroma psihološko zlorabo, ki se od psihičnega nasilja razlikuje v tem, da se bolj nanaša na sam odnos, kot pa na dogodek; gre za sistematično ponižanje in razvrednotenje žrtve. Tomison in Tucci (v Temnik, 2010) pojmuje ta čustveno zlorabo kot vzdrževan vzorec besednega nasilja in poniževanja s strani pomembne (navezovalne) odrasle osebe, ki vodi v poškodbo žrtvine samopodobe in socialnih kompetenc. Tudi Zajc (2010) podobno opredeljuje čustveno zlorabo, saj pravi, da jo sestavlja vrsta dogodkov ali vedenjski vzorec, ki se pojavlja v določenem času, in pomeni več kot le verbalno žalitev. Čustvena zloraba

---

podrejenem položaju in izpostavljena sistematičnim in dlje časa trajajočim napadom ene ali več oseb z namenom izločitve iz organizacije, pri tem pa napadena oseba to občuti kot diskriminatorno« (str. 17). Mobing se pojavlja v veliko oblikah, v splošnem pa zajema verbalno (žalitev, grožnje, kričanje, poniževanje, prekinjanje govora, nenehno kritiziranje, norčevanje, obrekovanje, ignoriranje, širjenje govoric in laži), fizično (siljenje k opravljanju zdravju škodljivih nalog, uporaba fizičnega nasilja za discipliniranje itd.) in spolno nasilje (npr. spolni napadi, spolno nadlegovanje) (Brečko, 2010; Tkalec, 2001).

<sup>23</sup> V »Kazenskem zakoniku [KZ-1-UPB2]« je šikaniranje opredeljeno kot skupen izraz za spolno nadlegovanje, psihično nasilje, trpinčenje ali neenakopravno obravnavo na delovnem mestu, ki povzroči drugemu zaposlenemu ponižanje ali prestrašenost. Za razliko od mobinga pri šikaniranju ni nujno, da se konfliktna dejanja dogajajo sistematično, dlje časa in z namenom izločiti posameznika, torej lahko vključuje enkratna, spontana dejanja, ki po definiciji ne spadajo v mobing (Brečko, 2010).

je tako vrsta ponavljajočih se namernih ali nenamernih dogodkov, ki žalijo, grozijo, ponižujejo in nadzirajo drugo osebo. Vključuje lahko vzorec enega ali več zlorab, kot so žalitve, kritiziranje, nasilne zahteve ali pričakovanja, grožnje, zavrnitev, vzbujanje občutka krivde, zanemarjanje, nadziranje, izolacijo in kaznovanje. Pri pogostem ponavljanju čustvene zlorabe jo žrtev v večini primerov ponotranji in razvije občutke strahu, krivde, nepomembnosti, nevrednosti, nezaupanja, nezaželenosti in nepriljubljenosti.

Verbalno nasilje ne povzroči vidnih brazgotin, zato ga je težje prepoznati kot telesno nasilje. Nekatere žrtve pravijo, da so duševne bolečine, povzročene z nenehnimi žalitvami, veliko globlje od tistih, ki jih povzroči telesno nasilje. Čeprav so oblike psihičnega nasilja zelo raznolike, pa je njegov glavni namen razvrednotiti in ponižati sočloveka (Žigon, 2010). Žrtev se bo počutila ponižano, storilec pa bo z uporabo psihičnega nasilja dosegel svoj cilj - podrediti in pridobiti si večjo moč nad žrtvijo ali pa izkoristiti, izkazati in povečati svojo moč nad njo (Kuhar et al., 1999).

Posledice psihičnega nasilja so številne, najpogosteje pa se kažejo v čustveni nestabilnosti, nesamozavesti in negotovosti žrtve. Pri žrtvah se pojavljajo tudi glavoboli, občutki manjvrednosti in nemoči, depresija, izguba samozaupanja in samospoštovanja, socialna izolacija in celo misli na samomor (Novak, 2013). Z vztrajnim ponavljanjem psihičnega nasilja storilec doseže to, da žrtev začne verjeti njegovemu sporočilu. Posameznik se bo kmalu dejansko začel obnašati tako, kot to od njega pričakuje družina, širše socialno okolje in on sam (Kuhar et al., 1999).

#### **4.2.2 TELESNO ALI FIZIČNO NASILJE**

Fizično nasilje predstavlja najprepoznavnejšo obliko nasilja, saj je edino, ki na svoji žrtvi pušča vidne posledice (Novak, 2013). Opredeljeno je kot vsaka uporaba fizične grožnje ali kot resna grožnja z uporabo sile, ki je usmerjeno na človekovo telo ali njegovo življenje (Kuhar et al., 1999). Skladno s to definicijo fizično nasilje pomeni izrazitejšo stopnjo nasilja v procesu, ki se začne s psihičnim nasiljem (DNK, n. d.). Meja med psihičnim in fizičnim nasiljem je začrtana v trenutku, ko se besedi pridruži še gesta (npr. grožnja, podkrepljena z dvignjeno roko). Pogostokrat je fizično nasilje povezano tudi s psihičnim, spolnim in ekonomskim nasiljem (Kuhar et al., 1999). Kuhar et al. (1999) in Novak (2013) ugotavljajo, da so pojavne oblike fizičnega nasilja zelo različne:

- klofutanje, brcanje, udarci z roko ali katerikoli predmetom, boksanje,
- pretepanje s pasom ali bičanje, butanje z glavo ob zid,
- ščipanje, nezaželeno dotikanje, lasanje, nezaželeno striženje las,

- metanje predmetov proti ali v žrtev,
- odiranje, zvijanje rok, davljenje, praskanje, grizenje,
- ugašanje cigaretnih ogorkov na telesu,
- polivanje z vročo ali mrzlo vodo,
- omejevanje gibanja (zaklepanje v stanovanje),
- odrekanje ali vsiljevanje hrane,
- napadi s hladnim (nož, kladivo, kij ipd.) ali strelnim orožjem in celo
- umor.

Tudi pri fizičnem nasilju je cilj storilca pridobiti, povečati ali dokazovati svojo moč nad žrtvijo. Po navadi storilec z nasiljem sprošča svoje nezadovoljstvo: vzroke za svoje neuspehe išče v soljudeh, ki jih kaznuje tako, da si jih fizično podredi. Kljub temu da oba spola doživljata vsakdanje pritiske, pa je znano, da moški v primerjavi z ženskami pogosteje posežejo po fizičnem nasilju. Ženske pa namesto fizičnega nasilja pogosteje izvajajo psihično nasilje ali pa nasilje obrnejo vase (npr. psihosomatske bolezni, motnje hranjenja, zasvojenost) (Kuhar et al., 1999).

Telesne poškodbe, kot posledica fizičnega nasilja, se lahko kažejo na vseh delih telesa, vendar se ponekod pojavljajo pogosteje (npr. telesni udi, trebuh, glava). Na fizično nasilje nakazujejo modrice s prepoznavnim vzorcem (sled prstov roke ipd.) ter pojav modric in ran na mestih, ki so po navadi manj izpostavljeni poškodbam pri nesrečah (npr. vrat ali trebuh). Pogoste so tudi opekline, zvini, izpahi in zlomi kosti ter poškodbe notranjih organov (Brecelj Anderluh et al., 2015).

Fizične bolečine in posledice, ki jih storilec povzroča s fizičnim nasiljem, vedno spremljajo tudi psihične posledice pri žrtvi (Kuhar et al., 1999). Fizično nasilje povzroča tudi posledice, ki so značilne za psihično nasilje: izgubo samospoštovanja in samozavesti, pomanjkanje energije, izolacijo, strah, kronično zaskrbljenost, občutek nemoči in neobvladovanja lastnega življenja, nezaupanje do ljudi, depresivnost, težave s spominom. Lahko pride tudi do spremenjenih spolnih navad ali nezanimanja za spolnost. Pojavijo se tudi resnejše psihološke posledice, kot so potlačitev potreb, poskusi samomora, odvisnosti od drog, motnje hranjenja (Novak, 2013).

#### **4.2.3 SPOLNO NASILJE**

Spolno nasilje predstavlja specifično obliko fizičnega nasilja, saj gre za poseganje v človekovo spolno integriteto. Tako kot pri drugih vrstah nasilja so tudi tu pomembne osebne meje; dejstvo je, da ne obstaja ena, za vse ljudi obstoječa in priznana meja, saj jo mora vsak posameznik začrtati sam zase. Ko je govora o posilstvu in spolnih zlorabah otrok, so pravno gledano te meje dokaj jasno določene. Pravno

neopredeljene in individualno veliko bolj gibljive pa so v primerih spolnega nadlegovanja na delovnem mestu (Kuhar et al., 1999).

Izrazi kot so »posilstvo«, »spolni napad«, »spolna zloraba« in »spolno nasilje« na splošno veljajo za sinonime in zato se v literaturi pogosto pojavljajo kot sopomenke. Vendar pa lahko imajo ti izrazi v različnih situacijah in krajih zelo različne pomene in posledice. Pravne opredelitve posebnih oblik spolnega nasilja se razlikujejo od medicinskih in socialnih definicij, poleg tega pa se lahko te definicije razlikujejo med državami (WHO, 2003). Kratka in ohlapna definicija spolnega nasilja le-tega opredeljuje kot vsa dejanja, povezana s spolnostjo, pri katerih se krši spolna nedotakljivost osebe in v katerem gre za prisilni oziroma neprostovoljni pristanek ene od udeleženi oseb (DNK, n. d.; Kuhar et al., 1999).

Takač, Arko in Kos (2012) namesto izraza spolno nasilje uporabljajo izraz spolna zloraba, ki pomeni »vsako nezaželeno ter z duševnim in s telesnim nasiljem izzvano spolno dejavnost« in je zato po definiciji kaznivo dejanje, ki ga podrobneje obravnava Kazenski zakonik<sup>24</sup>. Precej natančnejšo definicijo pa podaja Svetovna zdravstvena organizacija, po kateri je spolno nasilje kakršnokoli spolno dejanje, pri katerem storilec poskuša doseči spolni odnos, spolno nadleguje žrtev oziroma daje nezaželene komentarje glede spolnosti, vključuje pa tudi spolno izkoriščanje ipd. Nekateri storilci pri tem uporabljajo izsiljevanje, prisilo, grožnje po uporabi fizične sile, zlorabljuje svojo moč ali pa preprosto zavajajo svoje žrtve (WHO, 2003). Vidimo, da spolno nasilje vključuje širok spekter spolnih vedenj (DNK, n. d.; Kuhar et al., 1999; WHO, 2003):

- poljubljanje, otipavanje, fotografiranje proti volji osebe,
- prisilno slačenje žrtve,
- razkazovanje genitalij, storilec se slači pred žrtvijo,
- poniževanje osebe in pripombe glede njenega telesa ali spolnosti,
- prikrito ali odkrito opazovanje, komentiranje in nagovarjanje, ki pri osebi povzroči nelagodje,
- prisiljeno izpostavljanje in siljenje k izdelavi pornografskega materiala,
- siljenje k masturbiranju, v oralni, analni ali vaginalni spolni odnos,
- vtikanje predmetov v anus ali nožnico,
- posilstvo (prisilni spolni odnos),

---

<sup>24</sup> »Kazenski zakonik [KZ-1-UPB2]« (2012) kot kazniva dejanja zoper spolno nedotakljivost obravnava posilstvo, spolno nasilje, spolno zlorabo slabotne osebe, spolni napad na osebo, mlajšo od 15 let, kršitev spolne nedotakljivosti z zlorabo položaja ter prikazovanje, izdelavo, posest in posredovanje pornografskega gradiva.

- spolna zloraba slabotnih oseb ali otrok,
- incest, pedofilija,
- prisilen spolni odnos z živaljo,
- spolno suženjstvo in trpinčenje,
- spolno nadlegovanje (vključno z zahtevami po seksu v zameno za višje ocene, službo ali napredovanje),
- trgovanje in prisiljevanje v prostitucijo,
- izsiljena nosečnost, prisiljena sterilizacija ali splav, prisiljena poroka,
- pohabljanje ženskih genitalij,
- vse druge dejavnosti, povezane s spolnostjo in na katere oseba ne pristane ali pristane pod prisilo.

Zmotno je misliti, da je cilj storilca kaznivega dejanja zoper spolno nedotakljivost imeti spolni odnos in doživeti spolni orgazem. Resnica je popolnoma drugačna; tudi pri spolnem nasilju je v ospredju potreba po dokazovanju premoči in popolnega nadzora nad žrtvijo. Storilci želijo dokazati, da so močnejši in obvladujejo žrtev, spolna sla pa je postranskega pomena. Nekateri storilci med posilstvom sploh ne doživijo orgazma, vendar ga lahko doživljajo kasneje, ko fantazirajo o poniževanju žrtve, njenem strahu ipd. (Kuhar et al., 1999).

Spolno nasilje je posebna oblika nasilja nad sočlovekom, ki zaradi svoje občutljive narave zahteva posebno obravnavo (Takač et al., 2012), hkrati pa ima zaradi vloge in pomena spolnosti v družbi specifične posledice (Kuhar et al., 1999). V večini primerov ima spolno nasilje uničujoče dolgoročne psihološke posledice, ki vplivajo in korenito spremenijo življenje žrtve (WHO, 2003). Večina žrtev po korektni zdravniški obravnavi potrebuje še dolgotrajna zdravljenja pri psihiatrkih ali svetovanja pri psihologih, saj spolno nasilje pri njih pusti neizbrisen pečat, ki v obliki travmatičnih spominov moti njihovo vsakodnevno življenje, partnerske in družinske odnose, ovira pa tudi njihovo normalno spolno dejavnost (Takač et al., 2012). Posledice so še posebej hude zaradi dejstva, da se večina spolnega nasilja dogaja med ljudmi, ki se med seboj poznajo. To so ljudje, ki jim je žrtev spolnega napada zaupala in se ob njih počutila varno. Žrtve imajo zato pogostokrat občutek, da ne morejo in ne smejo povedati za doživeti spolni napad, saj se bojijo, da jim nihče ne bo verjel. Hkrati pa vso krivdo za napad pripisujejo sebi. Vse to spremljajo tudi občutki strahu, jeze, sramu, krivde, nečistosti in ponižanosti, ki jih žrtve izražajo na različne načine: z jokom, zanikanjem občutka in dogodka samega, s samopoškodovanjem, molkom ali celo smehom. Možne posledice spolnega nasilja so še občutki psihične stiske, strah

pred ponovnim nasiljem, zmedenost, depresija, nezaupanje v ljudi, moteno spanje, sovraštvo do svojega telesa, motnje hranjenja, psihosomatske bolezni (Kuhar et al., 1999). Svetovna zdravstvena organizacija (2003) pa k že naštetemu prišteva še neželjeno nosečnost in njeno umetno prekinitev, možnost okužbe s spolno prenosljivimi boleznimi, najrazličnejše telesne poškodbe (modrice, raztrganine), posttravmatsko stresno motnjo (nočne more, podoživljanje dogodka), samomorilsko obnašanje in v ekstremnih primerih celo smrt kot rezultat nasilja pri samem spolnem dejanju ali kot maščevanje (npr. umori iz časti).

#### **4.2.4 EKONOMSKO NASILJE**

Ekonomsko nasilje je oblika nasilja, ki je širši javnosti še vedno preveč neznana, hkrati pa je pojav, ki ga je v današnji družbi vedno več. Pod ekonomsko nasilje spadajo vse oblike nadvladovanja in poniževanja žrtve s pomočjo sredstev za preživetje ali odrekanje pravic, povezanih z zaslužkom (DNK, n. d.). Načini izvajanja ekonomskega nasilja pa so zelo različni (DNK, n. d.; Novak, 2013):

- omejevanje pravice do zaposlitve, študija,
- preprečevanje žrtvi, da razpolaga s svojim ali skupnim denarjem,
- siljenje žrtve v finančno odvisnost,
- zahteva po pokorščini, ker so žrtvina finančna sredstva nižja,
- kraja žrtvinega denarja in lastnine,
- preverjanje žrtvinih računov, zadrževanje žrtvine bančne kartice,
- neplačevanje preživnine za otroka,
- uporaba žrtvinega imena za kredite,
- siljenje žrtve, da prevzame celotno finančno breme za povzročitelja nasilja,
- omejevanje pravice, da je lahko žrtev lastnik ali solastnik nepremičnin itd.

Izvajanje ekonomskega nasilja ima precejšnje negativne posledice na žrtvino finančno stanje. Glede na to, da je ekonomsko nasilje značilno za partnerske zveze, je najopaznejša posledica ta, da si žrtev zaradi svoje ekonomske odvisnosti od partnerja le-tega ne upa zapustiti, saj jo skrbi nadaljnje preživetje družine. V primeru odhoda iz takšne zveze, si je žrtev prisiljena znižati standard življenja, kar lahko vodi v revščino. Mnoge žrtve se srečujejo z dolgovi, saj niso finančno sposobne plačevati tekočih življenjskih stroškov. Finančnim posledicam ekonomskega nasilja pa se pridružijo tudi psihične posledice (npr. nenehna zaskrbljenost, občutki nemoči, strah pred prihodnostjo, anksioznost) (Novak, 2013).



#### 4.2.5 ZANEMARJANJE

Največkrat se zanemarjanje omenja kot oblika nasilja v družini, kaže pa se kot nezadovoljevanje osnovnih otrokovih potreb, kar privede do resne oškodovanosti ali nenapredovanja v razvoju zaradi neustrezne prehrane, telesne nege, neprimerne obleke, pomanjkanja spanja, skrbi za otrokovo zdravje, pomanjkanja nadzora, dnevnih rutin, učenja pravil, navezanosti in naklonjenosti odraslih, pomanjkanja čustvene topline, izkazovanja ljubezni, sprejetosti in pomanjkanja spodbud k razvojno primernim aktivnostim in kognitivnemu razvoju (Brecelj Anderluh et al., 2015). Velikokrat se določene oblike zanemarjanj med seboj prekrivajo in je skoraj nemogoče potegniti jasno mejo med posameznimi oblikami. Kljub temu pa glede na obliko zanemarjanja posameznikovih potreb, vzgoje in njegove blaginje ločujemo (Stirling v Kavanagh, 2014):

- *fizično zanemarjanje*: nezagotavljanje osnovnih potreb, zapustitev, neustrezna skrb za zdravje, pomanjkanje nadzora, neustrezno zadovoljevanje potrebe po varnosti, fizičnih in čustvenih potrebah, neustrezna prehrana, obleka in higiena,
- *izobraževalno zanemarjanje*: onemogočanje izobraževanja, izostajanje od pouka,
- *čustveno zanemarjanje*: ignoriranje, zavrnitev, verbalni napadi, zavrnitev psihološke pomoči, nenehno podcenjevanje, pomanjkanje vzgoje in naklonjenosti odraslih ter
- *socialno in zdravstveno zanemarjanje*: odlašanje psihološke pomoči, nepozornost na socialne potrebe, kronična zavrnitev, dosledna opustitev zdravniške oskrbe.

Posledice zanemarjanja se pri otrocih običajno kažejo različno bolj v nekem obdobju kot v posameznem trenutku. Npr. otrok s ponavljajočimi se manjšimi poškodbami je najverjetneje trpel zaradi nezadostnega nadzora ali varnosti, otrok, ki izostaja od pouka, je lahko prikrajšan za intelektualni razvoj, nezadovoljene otrokove potrebe pa prizadenejo njegovo blagostanje in razvoj (Brecelj Anderluh et al., 2015).

#### 4.2.6 STRUKTURNO (SISTEMSKO) NASILJE

Galtung (1969) glede na obstoj akterja (osebo) kot povzročitelja nasilja, omenja osebno in strukturno (sistemsko, posredno, nevidno) nasilje<sup>25</sup>. Za razliko od osebnega nasilja pa pri strukturnem nasilju ni mogoče natančno določiti povzročitelja nasilja,

---

<sup>25</sup> Pri osebnem (direktnem) nasilju je razmerje med povzročiteljem in žrtvijo nasilja jasno razvidno. Pri strukturnem nasilju pa gre za neenakomerno porazdelitev materialnih in nematerialnih virov (npr. neenakomerna zdravstvena oskrba, neenake možnosti izobraževanja, neenaki ekonomski dohodki med različnimi sloji prebivalstva) oziroma gre za neenakomerno porazdelitev moči glede odločanja o razdelitvi teh virov (Galtung, 1969).

ki bi neposredno škodil drugemu v strukturi. Strukturno nasilje je tiho, nevidno, statično; kaže pa se kot neenakomerna porazdelitev moči in posledično kot neenake možnosti za življenje. Kot že samo ime pove, gre pri strukturnem nasilju za vgrajenost nasilja v strukturo, sistem. Da bi le-ta funkcioniral, praviloma ne potrebuje direktnih oblik nasilja, ampak nevidne mehanizme prisiljevanja, discipliniranja, manipuliranja in reprodukcije družbenih odnosov (Galtung v Mugnaioni Lešnik et al., 2009), ki jih najdemo v oblastnih družbenih institucijah. V primeru, da tovrstni mehanizmi ne zadostujejo, pa lahko vladajoči razred za ohranjanje *statusa quo* uporabi tudi bolj nasilne oblike discipliniranja (npr. vpoklic policije, oboroženih sil, splošno družbeno oviranje tistih, ki ogrožajo sistem ipd.) (Galtung, 1969).

Vidimo, da je strukturno nasilje zakoreninjeno v družbenih sistemih in tako zagotavlja reprodukcijo družbenega sistema, njegove ideologije in temeljnih družbeno-ekonomskih odnosov. Manifestira pa se skozi različne mehanizme: ideološke aparate države, temeljne družbene institucije, pravo, vladajočo ideologijo, moralo itd., in sicer skozi »nevidno« delovanje njegovih temeljnih institucij (družine, šole, totalnih institucij, represivnega aparata) (Mugnaioni Lešnik et al., 2009).

#### 4.2.7 INSTITUCIONALNO NASILJE

Z institucionalnim nasiljem se srečujemo v vseh družbenih institucijah<sup>26</sup> (Oman, 2011), dogaja pa se predvsem tam, kjer družbene institucije s svojimi mehanizmi delovanja izvajajo prikrito ali odkrito nasilje. Pri tem izvajajo razne klasične oblike nasilja (verbalno, ekonomsko, fizično, psihično in spolno nasilje), poleg tega pa s svojimi mehanizmi delovanja prisiljujejo, jemljejo svobodo odločanja, usmerjajo h konformnemu vedenju, disciplinirajo, marginalizirajo, dopuščajo nestrpnost, avtoritarno odločanje in hierarhične odnose, rasizem, šovinizem, seksizem in zlorabo moči (Mugnaioni Lešnik v Oman, 2011). Podobno meni tudi Pečar (v Oman, 2011), ki trdi, da institucionalno nasilje izvaja pretežno »neka oblast, organizirano, na podlagi norm in ustvarja družbeno prisilo za doseganje pričakovanega vedenja in ravnanja. Institucionalizacija nasilja sploh temelji na normah, ki nekaj predpisujejo, določajo, nalagajo, napotujejo na kaj, regulirajo ter zahtevajo vedenjske obrazce, ki se

---

<sup>26</sup> Pri tem mislimo na družino, šolo in vse druge vzgojno-izobraževalne institucije, skrbstvene (bolnišnice, psihiatrične bolnišnice, socialne institucije, domovi za starejše) in totalne institucije (zapori, vojska, policija) ter državo. Tiste institucije, v katerih prisiljevanje poteka najbolj »tiho«, samoumevno, prikrito (socializacijsko), so v svojih ciljih najbolj totalno nasilne. Mednje v prvi vrsti spadajo družina in vzgojno-izobraževalne institucije (Mugnaioni Lešnik et al., 2009). K nasilnim institucijam lahko vsekakor uvrščamo tudi šport.

ljudem »vsiljujejo«, ne nazadnje tudi zaradi vzdrževanja minimuma sožitja med ljudmi, da družba sploh lahko funkcionira in s tem preprečuje socialno dezorganizacijo« (str. 368).

Nekatere institucije imajo v družbi status represivnih institucij (policija, vojska), kar že samo predpostavlja nasilen značaj njihovega delovanja ter legitimnost uporabe različnih nasilnih mehanizmov in sredstev. To se npr. pri policiji in vojski kaže v strogi hierarhični strukturi, linearnem poveljevanju ter odločanju, kohezivnosti institucije, pričakovani popolni lojalnosti, uporabi sredstev za uničevanje, v vrednostnem sistemu itd. (Mugnaioni Lešnik et al., 2009).

Vidimo, da so elementi nasilja pri institucionalnem nasilju skriti pod pojmovanji, kot sta usmerjanje h konformnemu vedenju in discipliniranje (Oman, 2011). Institucionalno nasilje je tako sredstvo (instrument) strukturnega nasilja, saj pomaga zagotavljati ideološko, patriarhalno ter družbeno-ekonomsko reprodukcijo družbenih razmerij in sistema (Mugnaioni Lešnik et al., 2009).

## 5 NASILJE V ŠPORTU

Šport je del družbe, zato ga ne moremo obravnavati izven družbenega konteksta (Živanović in Randelović, 2011). Po eni strani je šport v svoji idealnosti ustrezno socializacijsko okolje (Doupona Topič in Petrović, 2007), ki spodbuja številne družbeno zaželene značajske poteze; med drugim šport vključuje učenje socialnih veščin (fair play, športno vedenje, delavnost, predanost ciljem, poslušnost, strpnost) (Delaney in Madigan, 2009), prilagajanje skupinskim zahtevam (sodelovanje, skupinska učinkovitost, kohezivnost), komunikacijo med ljudmi, prevzemanje različnih vlog ter spoznavanje čustev, ki niso prisotne na ostalih življenjskih področjih (Doupona Topič in Petrović, 2007). Vendar pa pogled s temne plati kaže na prodiranje nasilja v naše vsakdanje življenje in s tem tudi v šport, saj kot sestavni del naših življenj ni imun na nasilje (Živanović in Randelović, 2011). Delaney in Madigan (2009) trdita, da sta agresivnost in nasilje vidik športa, prav tako kot sta del družbe, in da zato ne bi smeli biti presenečeni o obstoju nasilja v športu. Nasilje v športu in s tem tudi pojav kršitev človekovih pravic v športu, sta postala svetovno razširjena problema, ki se pojavljata na vseh ravneh športa - od športa otrok in mladostnikov pa vse do profesionalnega športa.

Posebej problematično se nam zdi področje športa otrok in mladine, saj se le-ti, zaradi svojega nekritičnega pogleda na načrtovanje in izvajanje treninga, ne zavedajo morebitnih škodljivih posledic napačnih metod treniranja in vse pogostejšega nasilja v športu in ob njem. Zato se nam upravičeno poraja vprašanje, ali ima šport vedno le pozitivne učinke na psihofizični razvoj otrok in mladostnikov? Vključenost otrok in mladostnikov v tekmovalni šport se je skozi desetletja dojemala izključno kot pozitivno. Večina športnih opazovalcev je sistematično potrjevala, da je šport mladostnikom najboljša šola za življenje, saj zagotavlja življenjske spretnosti, krepi njihovo samozavest, izboljšuje telesno in duševno zdravje, podpira kognitivni in socialni razvoj ter tudi ustvarja široko paleto različnih možnosti. Takšna domneva o pozitivnih učinkih športa je dolgo časa ostajala nesporna, predvsem s strani športnih avtoritet (David v David, 2008). Kritična razprava v športnem svetu glede negativnih učinkih otroškega in mladinskega tekmovalnega športa je veljala kot tabu in so jo dojemali kot napad protišportnega lobija. V preteklosti je bila športna skupnost zelo zaščitniška do svojih aktivnosti in je poskušala obdržati imuniteto pred kritičnimi analizami. Predvsem od 60. let prejšnjega stoletja dalje pa je akademski svet na določenih raziskovalnih področjih (medicina, psihologija, pedagogika, sociologija) le razvil kritičen pogled na učinke vključenosti otrok in mladostnikov v šport (David,

2008). Menimo, da razlog temu ni v neobstoju športnega nasilja v preteklosti, ampak predvsem zaradi večje občutljivosti in ozaveščenost družbe o učinkih športa in z njim povezanega nasilja. David (v David, 2008) meni, da celo danes ostaja v športnih krogih precejšen odpor do sprejemanja kritičnih analiz, kljub naraščajočim dokazom o resnih neželenih učinkih za mlade športnike v tekmovalnem športu. Dokazi kažejo na ranljivost mladih športnikov za različne oblike zlorab (fizično, psihološko, spolno), zanemarjanje, nasilje in izkoriščanje pri njihovi vključenosti v šport. Sprevržena hotenja trenerjev, staršev, funkcionarjev po rezultatih za vsako ceno škodujejo v prvi vrsti zdravju športnikov, ne nazadnje pa tudi razvoju športa nasploh (Doupona Topič in Petrović, 2007).

Pred podrobnejšo analizo nasilja v športu in njegovih pojavnih oblik je treba najprej opredeliti ta sodobni športni fenomen. Po mnenju Živanovića in Randelovića (2011) je nasilje v športu vsaka uporaba nedovoljenih sredstev ali pretirane sile v katerikoli obliki s strani športnikov, trenerjev, sodnikov, staršev ali drugih udeležencev v športu z namenom škodovanja vsem udeležencem športnega dogodka. Petrović in Doupona (1996) tako naštevata pojavnne oblike nasilja, ki se pojavljajo v športu ali ob njem:

- *nasilje v družini* - nasilje pred, med in po tekmovanjih,
- *pedagogika nasilja*: motiviranje za nasilno igro, učenje nasilnih potez ipd.,
- *huliganstvo na stadionih*,
- *doping* - izpolnjevanje norm, ki jih je praviloma možno doseči le z dopingom,
- *imperativ zmage*: misel »Ni pomembno zmagati, važno je sodelovati« vse bolj zamenjuje geslo »Zmaga ni vse, zmaga je edino, kar šteje«,
- *geslo »Altius, citius, fortius«* (»Višje, hitreje, močnejše«): postavljata se vprašanji »Do kod?« ter »Ali je potrebno iti tudi preko trupel do rezultatov?«,
- *trening* ima v nekaterih športih in pri posameznih trenerjih vse večje razsežnosti nasilja nad zdravjem športnikov,
- *»psihološka« priprava tekmovalcev*, ki temelji na sovraštvu do nasprotnika,
- mediji spodbujajo nasilno vedenje športnikov, predvsem pa gledalcev,
- *politični interesi* - lokalni, državni prestiži, ki naj se izrazijo v športnih uspehih,
- *proizvajalci opreme* s svojim sponzorstvom zahtevajo rezultate, ki včasih načenjajo tudi zdravstveno integriteto športnikov,
- *športna oprema* in posebni materiali, ki se nenehno izboljšujejo, so nekaterim na voljo, drugim pa ne ter
- *prednost domačega terena* v nekaterih športih s svojimi negativnimi učinki na gostujočo ekipo predstavlja dobro izdelan ritual raznovrstnih oblik nasilja.

Vsesplošno nasilje, ki je prisotno v športu v njegovem najširšem smislu, je mogoče razdeliti v dve glavni skupini (Živanović in Randelović, 2011): eksplicitno (očitno, vidno na prvi pogled) in prikrito nasilje (manj očitno, nevidno na prvi pogled). Vsaka skupina ima različne oblike, v katerih se izražajo, le-te pa ne morejo biti klasificirane v vnaprej določeno število podkategorij, saj se vsak dan pojavljajo nove in nove oblike, prav tako pa se te oblike pojavljajo v različnih športih (najpogosteje v ekipnih športih). Eksplicitno nasilje se po navadi izraža kot fizično nasilje (udarjanje, spotikanje, klofutanje, kaznovanje v obliki dodatnih vaj, telesno poškodovanje, pretepanje) in ima takojšen učinek na človeško telo (povzroča različne oblike poškodb in precejšnje obremenitev na telo). Razpon fizičnega nasilja je relativno širok in zajema od povzročanja lahkih telesnih poškodb do najhujše oblike nasilja - umora. Težje telesne poškodbe je lažje zaznati in prepoznati na podlagi podatkov, zbranih pri zdravniškem pregledu. Prikrito nasilje pa predstavlja obliko nasilja, ki ni očitno fizično izražena ali ki izvira iz eksplicitnega (fizičnega) nasilja. Večinoma je izraženo kot psihično nasilje, le-tega pa je zelo težko zaznati, saj nima vedno vidnih posledic in reakcij, ki bi kazale na njegovo prisotnost. Upoštevajoč oblike psihičnega nasilja, se le-to pojavlja pogosteje kot fizično nasilje, vključuje pa posmehovanje, poniževanje, žaljenje, preklinjanje, spodbujanje k neetičnemu in nešportnemu obnašanju, previsoka pričakovanja, stalno kritiziranje ipd. Lang (2010) pa k tihemu in fizičnemu nasilju dodaja še čustvene in spolne zlorabe, motnje hranjenja, uživanje prepovedanih snovi, prenaporne treninge in prezgodnjo specializacijo v športu.

David (2008) podaja nekoliko spremenjeno tipologijo štirih glavnih oblik nasilja, zlorab in zanemarjanja v tekmovalnem športu, ki ga izvajajo trenerji nad športniki:

- *fizično, telesno nasilje*: preintenzivni treningi, sistematičen nezadostni počitek, dodatne vaje kot oblika kazni, različne diete, fizično nasilje med športniki, vsiljevanje dopinga, vsiljevanje treninga ali tekmovanja poškodovanim igralcem,
- *spolno nasilje*: neprimerni komentarji, fizično osvajanje, žaljivo ali neprimerno dotikanje, prisiljen spolni odnos in posilstvo,
- *psihološko nasilje*: pretiran pritisk, verbalno nasilje, čustvena zloraba ter
- *zanemarjanje*: nezagotavljanje primerne oskrbe in pozornosti, izolacija, namerna malomarnost.

Ugotovitve večih tujih raziskav, ki jih povzema Kavanagh (2014), kažejo na to, da športniki niso imuni na doživljanje fizičnega, spolnega in čustvena zlorabljanja, skupaj z drugimi oblikami trpinčenja. Tudi v Sloveniji smo v zadnjih letih zasledili časopisne članke o nasilju v športu, nastalo pa je tudi nekaj zaključnih del študentov na tematiko nasilja v različnih športnih panogah. Omenjena dela problematizirajo

nasilje v športu in ozaveščajo o kršitvah človekovih pravic nad športniki, trenerji in športnimi funkcionarji, odgovornosti trenerjev za nestrokovno in nehumano delo v športu ipd. Pri obravnavi nasilja pa ne smemo pozabiti dejstva, da so lahko športniki, trenerji, starši, funkcionarji in navijači hkrati potencialni storilci in žrtve nasilja. Prav ob zadnjem dejstvu se nam zastavi vprašanje, povezano s strokovnostjo trenerjev in trenažnega procesa. Gre za problematiko strokovnega dela amaterskih trenerjev, ki ne sledi razvoju znanosti in stroke. Dandanes niso tako problematični profesionalni klubi in njihovi trenerji s fakultetno izobrazbo, ampak amaterski klubi, ki jih kot gobe po dežju ustanavljajo amaterski »trenerji«. Le-ti lahko s svojo nestrokovnostjo in neodgovornostjo naredijo v športu več škode kot koristi. Doupona Topič in Petrović (2007) vidita problem amaterskih trenerjev v njihovi izobrazbi: gre večinoma za ljudi s srednjo splošno izobrazbo, zelo pestrih usmeritev, športna izobrazba pa je pridobljena na kratkih tečajih za posamezne športne panoge. Nekateri trenerji s tako opravljenim tečajem menijo, da so z nazivi trener ali vaditelj tako rekoč enakovredni tistim s fakultetno izobrazbo in da so enakovredni pri zaposlovanju v športnih klubih. Samo po sebi to ni problem; problem nastane, ko to pogledamo z vidika stroke. Amaterizem v sodobnem športu ne more in ne sme opravičevati neznanja in nestrokovnosti; strokovno vodenje treningov je prevelika odgovornost, ki posega v zdravje ter v psihično in socialno integriteto športnikov. Kljub vsemu zapisanemu, pa so dobri amaterski trenerji potrebni, zato je bilo že v preteklosti s strani OKS-ZŠZ in posameznih nacionalnih panožnih zvez več pozornosti namenjene njihovem šolanju in trajnemu izobraževanju, oboje pa je še danes vezano na pridobitev in obnavljanje licenc za delo v športu.

Treba je tudi jasno opredeliti kdo, kdaj in pod kakšnimi pogoji lahko dela v posamezni športni panogi, ter tudi koga trenira. Profesionalni klubi imajo večinoma jasno urejeno to področje, povsem drugače pa je pri amaterskih trenerjih, ki po navadi trenirajo kar vse starostne skupine in različne skupine - od popolnih začetnikov pa vse do vrhunskih športnikov. Pri tem nekritično prenašajo metode treninga, ki so jih bili sami deležni in so bile na njih učinkovite, ni pa zagotovila, da bodo učinkovite tudi na ostalih udeležencih in da ne bodo imele negativnih posledic (poškodb). Prav zato je treba zagotoviti moralno, materialno in kazensko odgovornost trenerjev in vaditeljev. Na tem področju se vse prevečkrat zlorablja določilo »da se vsak ukvarja s športom in nastopa, v sicer strokovno vodenem procesu treninga in na tekmovanjih, na svojo lastno odgovornost«, ki jo je treba interpretirati zelo restriktivno. V nobenem primeru pa to določilo ni zaščitno sredstvo za neodgovornost strokovnega oziroma organizacijskega kadra (Doupona Topič in Petrović, 2007).

V nadaljevanju bodo predstavljene najpogostejše oblike nasilja v tekmovalnem športu, ki pa se medsebojno povezujejo in jih je včasih nemogoče uvrstiti v točno določeno kategorijo nasilja. Pri tem bo glavno izhodišče Davidova tipologija štirih glavnih oblik nasilja, predstavljene pa bodo tudi nekatere druge oblike nasilja v športu, ki smo jih pridobili tekom našega raziskovanja.

## **5.1 VERBALNO IN PSIHIČNO NASILJE**

V slovenski literaturi je relativno malo napisanega o psihičnem in verbalnem nasilju na področju športa, vendar pa to ne pomeni, da tovrstna oblika nasilja pri nas ne obstaja. Kot vemo je psihično nasilje najbolj razširjena in uničujoča oblika nasilja, velikokrat pa tudi najtežje dokazljiva, saj zaznamuje človeka na psihični ravni. V tuji literaturi se o psihičnem nasilju v športu največkrat govori kot o čustveni zlorabi, psihičnem izživljanju in trpinčenju. Najbolj skrb vzbujajoče pri tem pa je, da nekatere oblike psihičnega nasilja postajajo sprejemljive in celo sestavni del športa.

### **5.1.1 ČUSTVENA ZLORABA**

V splošnem gre pri čustveni zlorabi za sistematično poniževanje in razvrednotenje žrtve, kar vodi v poškodbo samopodobe in socialnih kompetenc (Tomison in Tucci v Temnik, 2010). Za čustveno zlorabo v športu so značilni trajni in ponavljajoči se vzorci škodljivih interakcij med športnikom in trenerjem, ki se kažejo v čustvenem vznemirjenju športnika (Stirlnig v Kavanagh, 2014). David (2008) vidi čustveno zlorabo kot obliko verbalne zlorabe, ki jo izvajajo starši ali trenerji v primeru nezadovoljstva z doseženimi rezultati oziroma s pritiskanjem športnikov do njihovih meja. Coakley (v David, 2008) je o tem zapisal: »V odnosu med športnikom in trenerjem je splošno sprejeto trenerjevo poniževanje, sramotenje in zaničevanje športnika, saj ga na ta način prisili, da pokaže najboljše. Od športnikov pa se pričakuje, da se bodo na takšno poniževanje odzvali s še večjo vzdržljivostjo in pripravljenostjo dati še več od sebe v prizadevanju za odličnost« (str. 113).

Kairys et al. (v Temnik, 2010) so sicer preučevali in opredelili pojavne oblike psihološkega nasilja nad otroki, vendar pa menimo, da lahko te pojavne oblike psihološkega nasilja prenesemo tudi na športno področje, saj največ športnikov začne svojo športno pot ravno kot otroci. Športniki tako največkrat doživljajo naslednje oblike psihičnega nasilja:

- ustrahovanje (izvajanje življenjsko ogrožajočih dejanj; izpostavljanje športnika nerealističnim pričakovanjem z grožnjo izgube ali škode, če jih ne bo izpolnil;



- izrekanje groženj ali izvajanje nasilja nad športnikom, osebami ali objekti, ki jih ima športnik rad),
- zaničevanje (omalovaževanje, degradiranje, sramotenje ali posmehovanje športniku; poniževanje športnika v javnosti),
- izkoriščevalsko ali kvarno vedenje, ki športnika spodbuja k razvoju neprimernih vedenjskih vzorcev (izvajanje, dopuščanje ali spodbujanje antisocialnega ali razvojno neprimernega vedenja; spodbujanje ali siljenje k opuščanju razvojno ustrezne avtonomije),
- odrekanje čustvene odzivnosti (ignoriranje, neizražanje naklonjenosti ali skrbi za športnika),
- zavračanje (izogibanje ali odiranje proč),
- izoliranje (zapiranje; izpostavljanje športnika nerazumnim omejitvam svobode gibanja ali socialnih interakcij),
- nezanesljivo in nekonsistentno trenerstvo (ambivalentne in kontradiktorne zahteve) in
- zanemarjanje duševnega zdravja, zdravstvenih in izobraževalnih potreb (ignoriranje, preprečevanje ali nezmožnost zagotavljanja postopkov, usmerjenih na čustvene, vedenjske, telesne potrebe).

Stirlinig in Kerr (v Kavanagh, 2014) sta ugotovili, da se čustveno zlorabljanje v športu pojavlja v treh oblikah vedenja, in sicer kot: fizično vedenje (npr. udarci, metanje predmetov v športnika), verbalno vedenje (npr. vpitje, kričanje, zmerjanje, omalovaževanje, preklinjanje, uporaba vzdevkov in ponižujočih komentarjev za športnika) ter odrekanje pozornosti in podpore (namerna obravnava športnika »kot da ne obstaja«, izključitev iz trenažnega procesa, nezagotavljanje povratnih informacij). Gervis in Dunn (v Kavanagh, 2014) sta pri preučevanju razširjenosti čustvenih zlorab med britanskimi mladimi vrhunskimi športniki ugotovila, da zlorabljevalna trenerjeva dejanja (npr. zaničevanje, poniževanje, kričanje, zavračanje, zvrčanje krivde na koga, izolacija, grožnje in ignoriranje) negativno vplivajo na športnike, saj se ti počutijo depresivno, izločeno, nesamozavestno in zavrjneno ter da so neumni in ničvredni. Med vsemi oblikami čustvene zlorabe imata ignoriranje športnika in njegova izključitev iz trenažnega procesa najbolj negativne učinke na športnika, takoj za verbalnimi oblikami zlorabe (Stirlinig in Kerr v Kavanagh, 2014). Doživljanje čustvene zlorabe pa se spreminja glede na stopnjo športnikovega vrhunskega razvoja (zgodnja, srednja in pozna faza kariere). Športnik je že v začetni fazi tekmovalne kariere izpostavljen čustvenemu zlorabljanju. Pri tem pa je zanimivo, da športnik takšno vedenje sprejme kot simbol vrhunskega

trenažnega procesa in tekmovalnega okolja, saj je bil po navadi že v mlajših kategorijah izpostavljen opazovanju trenažnega procesa starejših športnikov, ki so sprejeli takšno vedenje. Podobno je s srednjo fazo športnikove kariere, v kateri športnik negativno trenerjevo vedenje skladno s tekmovalnim dosežkom in uspehom racionalizira. V zaključni fazi športnikove kariere pa se zgodi preobrat: športnik postane netoleranten na trenerjevo vedenje, o njem dvomi in mu celo ugovarja. Največkrat je končna posledica čustvenega zlorabljanja končanje kariere vrhunškega športnika (Stirlnig v Kavanagh, 2014).

### **5.1.2 TRPINČENJE (MOBING, ŠIKANIRANJE)**

Z izrazom mobing (tudi trpinčenje, šikaniranje) označujemo vsako ponavljajoče se in dolgotrajno sovražno, nehumano, neetično in žaljivo komunikacijo oziroma ravnanja enega ali več udeležencev, ki se lahko izvaja na vseh hierarhičnih ravneh in v vseh smereh. Najpogosteje je usmerjeno proti posamezniku v podrejenem položaju in ogroža njegovo psihično, socialno ali fizično zdravje in varnost (Brečko, 2010).

Tkalec (2001) meni, da se šikaniranje redkokdaj pojavi v skupinah (npr. športnih klubih), ki temeljijo na prostovoljnem sodelovanju, saj si tisti, ki se v taki skupini ne počuti dobro, lahko poišče nov klub. S to trditvijo se strinjamo, ko govorimo o posameznih športnih klubih, povsem drugače pa je, ko govorimo o vrhunskem športu (o skupini reprezentantov). Članstvo v reprezentanci je resda prostovoljno, vendar pa v kolikor športnik želi nastopati kot reprezentant mora trenirati točno znotraj določene skupine, kjer pa lahko prihaja do različnih oblik negativnega komuniciranja s strani preostalih članov ekipe (sotekmovalcev), ki so na isti hierarhični ravni, kot tudi s strani nadrejenih (reprezentančnih trenerjev). Namen mobinga je tako izločiti določenega tekmovalca iz reprezentančne skupine.

Brečko (2010) navaja nekatere značilnosti organizacij, v katerih se mobing najpogosteje pojavlja. V nadaljevanju smo te značilnosti mobinga prenesli na področje vrhunškega športa, tako da se mobing v športu pojavlja v skupinah, kjer je:

- velika tekmovalnost in spodbujanje individualizma: znotraj vsake skupine vlada določena stopnja zdrave tekmovalnosti, vendar kadar je ta prevelika in zelo izrazita, vodi v spodbujanje individualizma, kar krha medsebojne odnose;
- toga hierarhija: do mobinga prej pride v skupinah in športnih, kjer je stroga hierarhična struktura;
- nezadostna komunikacija: pojavljanje najrazličnejših govoric v skupini je znak nezadostne komunikacije, kar lahko vodi v razrast mobinga;

- kultura povzpetništva je povezana z nezdravim karierizmom in pretiranim individualizmom. Mobing je v tem primeru le sredstvo za doseg cilja (hitre uveljavitve posameznika in doseg dobrega športnega rezultata);
- osredotočenost zgolj na uspeh in ne na medsebojne odnose: uspeh je zelo zaželen cilj vsake športne skupnosti (kluba, reprezentance). Verjetnost pojava mobinga je večja v športnih skupinah, ki poudarjajo uspeh »za vsako ceno« v popolni odsotnosti drugih vrednot (npr. spoštovanja fair playa);
- presežek tekmovalcev v reprezentančni skupini: pri izboru tekmovalcev, ki bodo na večjih prvenstvih zastopali državo, se velikokrat pojavi presežek tekmovalcev in velika zaskrbljenost le-teh, kdo bo izbran. Mobing se lahko pojavlja med sotekmovalci ali s strani trenerja, ko imata dva tekmovalca enake rezultate, vendar bo le en dobil možnost nastopa, tako da je potem treba drugega trpinčiti, da se bo »prostovoljno« odpovedal nastopu. V primeru, da je treba nekoga izločiti iz reprezentance, bi morali trenerji takšnemu tekmovalcu na spoštljiv način podati tehtne argumente, zakaj ni bil izbran za nastop;
- trenerjev avtorski slog vodenja in nizka stopnja vključevanja tekmovalcev v odločanje: trener kot vodja zgolj ukazuje in zapoveduje, premalo pa vključuje tekmovalce v proces odločanja, kljub temu da reprezentanco sestavljajo tekmovalci z jasno postavljenimi cilji. Prav tako nekateri trenerji nedosledno vključujejo tekmovalce v svoje odločanje - npr. pri izvajanju določenih vaj, ki jih nekateri tekmovalci zaradi zdravstvenih težav ne morejo izvajati;
- slabo načrtovanje ciljev: ciljev, ki so preveč splošno določeni, ni mogoče izmeriti in tako tudi ni mogoče objektivno določiti uspešnosti tekmovalca. V izogib začaranega kroga medsebojnega podajanja krivde za nedosego ciljev, je treba uvesti merjenja in testiranja, ki na objektivni način kažejo napredek ali nazadovanje tekmovalca. Na ta način tudi tekmovalec dobi uvid, kje je dober ali kaj še mora izboljšati;
- slabi medsebojni odnosi in pomanjkanje medsebojnega spoštovanja: v velikih skupinah, v katerih se je razvilo več manjših skupin, skoraj vedno pride do upada ravni medsebojnega spoštovanja in slabšanja odnosov. Pomanjkanje medosebnega spoštovanja je lahko tudi odraz nizke morale sotekmovalcev ali pa odraz zgloda, ki ga daje trener kot vodja;
- netolerantnost do razlik med tekmovalci: skupina, v kateri trenirajo tekmovalci različnih kultur, etničnih skupin, so v večji nevarnosti za razvoj netolerantnosti do kulturnih razlik in s tem mobinga. Prav tako je med sotekmovalci v večji skupini

zaznati netolerantnost do tekmovalcev, ki pripadajo drugim klubom (t. i. načelo »če nisi iz našega kluba, nisi zaželen ali sprejet«);

- nejasno načrtovanje treningov in uspeha: če posameznik ne ve, kako uspeli (treningi niso vnaprej načrtovani), je nevarnost za pojav mobinga večja. Velikokrat se zgodi, da tekmovalci ne vedo kako trenirati, kako izboljšati izvedbo določene vaje ali gibov, zato jih trenerji neprestano kritizirajo za slabo izvedbo. Problematično je tudi takrat, ko so treningi sicer načrtovani, vendar pa ni povratnih informacij o izvedbi določene vaje, zato ima tekmovalec občutek, da je delal dobro, v resnici pa je lahko vajo izvajal nepopolno ali celo napačno;
- pomanjkanje jasnih pravil dela in obnašanja; bolj, kot so pravila delovanja in obnašanja nejasna, večja je možnost za pojav mobinga. Zato ni dovolj, da ima športna organizacija kodeks obnašanja zapisan, mora ga tudi neprestano izvajati.

Mobing se v organizacijah pojavlja v različnih oblikah, mi pa predstavljamo pojavnosti obliki, ki sta relevantni za športno področje (Brečko, 2010):

- a) *horizontalni mobing* je najpogostejši in predstavlja obliko mobinga, ki se dogaja v reprezentanci med športniki na istem hierarhičnem položaju in z enakimi vlogami. Boljši rezultati in s tem ljubosumje ali občutek osebne ogroženosti lahko pri športniku povzročijo potrebo po odstranitvi sotekmovalca iz reprezentance. Pogosto je v ozadju lažno prepričanje, da bo sotekmovalčeva odstranitev vodila k napredku nekoga drugega (npr. k boljšim rezultatom, uspehu). Pri tej obliki mobinga lahko le-tega izvaja skupina tekmovalcev proti enemu samemu, lahko pa tudi en sam tekmovalec izvaja mobing nad drugim tekmovalcem, ostali tekmovalci pa takšna dejanja z molkom podpirajo.
- b) *vertikalni mobing* predstavljajo situacije, kjer se mobing izvaja na vertikalni lestvici od zgoraj navzdol ali od spodaj navzgor. Kaže pa se v treh oblikah:
  - nadrejeni izvaja mobing nad podrejeno osebo: v vlogi nadrejenih se največkrat znajdejo trenerji, ki izvajajo mobing nad športniki oziroma v primeru športnih funkcionarjev so žrtve športniki, trenerji, sodniki;
  - strateški mobing (bossing) je oblika mobinga, pri kateri trener kot nadrejeni izvaja mobing najprej nad enim športnikom, potem nad drugim itd., dokler ne uniči ali razdre celotne ekipe;
  - obrnjen vertikalni mobing se pojavlja takrat, ko skupina tekmovalcev izvaja mobing nad trenerjem kot vodjo, z namenom odstraniti ga s položaja.

### 5.1.3 DISKRIMINACIJA

Etimološko gledano, beseda diskriminacija izvira iz besede »*discriminare*«, kar pomeni »medsebojno ločevati« (Kuhar, 2009), »razlikovati, delati razlike« (Gasparini, 2010). Vendar pa razlikovanje samo po sebi ni sporno; mnogo ljudi si prizadeva, da bi se razlikovali od drugih, da bi izstopali ali bili vidni (Kogovšek in Petković, 2007). Razlikovanje postane sporno takrat, ko temelji na neupravičenem, nelegalnem kriteriju, čeprav so vse osebe v primerljivem položaju (Gasparini, 2010). Podoben, vendar nekoliko širši uvid nam podaja Kuhar (2009), ki pravi, da diskriminacijo »v pravnem smislu označujemo kot z zakonom prepovedano neenako obravnavanje osebe ali skupine v primerjavi z drugo osebo ali skupino zaradi ene ali več osebnih okoliščin<sup>27</sup>, v širšem sociološkem smislu pa je diskriminacija oblika družbene prakse, ki praviloma temelji na predsodkih in stereotipih, globoko zakoreninjenih v kulturi določene družbe« (str. 17). Diskriminacija je tesno povezana z nestrpnostjo (sovraštvom) in tako rekoč pogojujeta druga drugo. Prevladujoča skupina, ki sebi pripiše pozitivne lastnosti, prepreči ranljivejši skupini njeno polnopravno udeležbo v družbi tako, da posameznikom pripišejo negativne lastnosti oziroma jih označijo kot neustrezne, neumne, kriminalce, skratka kot potencialno nevarne za prevladujočo družbo (Leskošek v Kuhar, 2009). Posledice diskriminacije se kažejo kot formalne ali neformalne oblike segregacije<sup>28</sup>, marginalizacije<sup>29</sup> oziroma družbenega izključevanja posameznikov ali skupin (Kuhar, 2009). Zaradi neenake obravnave so posamezniki ali skupine prikrajšani za enakopravno priznanje, uživanje in uresničevanje pravic na političnem, gospodarskem, socialnem, kulturnem in drugih področjih družbenega življenja. Diskriminacija tudi omejuje svobodo ljudi, omejuje ljudi pri razvoju

---

<sup>27</sup> Pri osebnih okoliščinah posameznika gre za lastnosti, ki si jih človek ne izbere; z njimi se rodi, jih ne more spremeniti ali se jim odreči (npr. spol, starost, rasa ali etnična pripadnost, politično prepričanje, vera, invalidnost, spolna usmerjenost, premoženjsko stanje, izobrazba, družbeni položaj, zdravstveno stanje, jezik ipd.) (Kogovšek in Petković, 2007).

<sup>28</sup> Segregacija (npr. ločevanje romskih od neromski otrok v razredih) pomeni ločenost skupine ljudi, ki jo povezuje določena osebna okoliščina, od prevladujoče družbene skupine na določenem področju družbenega življenja. Za ranljivejšo skupino je ustvarjeno ločeno okolje, v katerem dostopajo le do svojega načina življenja in jezika, do dobrin in storitev, ki so na voljo le njihovi skupini. Pogosto pa nimajo dostopa do kulture in načina življenja, ki so dostopni prevladujoči družbeni skupini (Kogovšek in Petković, 2007).

<sup>29</sup> Marginalizacija pomeni izključenost osebe, skupine iz družbe oziroma odrinjenost na rob družbe. Marginalizirane skupine imajo otežen ali onemogočen dostop do dobrin in storitev (npr. stanovanj, zdravstvene oskrbe) ter do uresničevanja pravic (npr. pravica do enakih možnosti pri zaposlovanju) (Kogovšek in Petković, 2007).

njihovih sposobnosti in samouresničevanju, ter prispeva k občutkom ponižanosti, prizadetosti in nemoči. Prav tako pa diskriminacija negativno vpliva na širšo družbo, saj večja socialna neenakost, spodkopava socialno vključenost in solidarnost (Kogovšek in Petković, 2007). Beseda diskriminacija ima v današnji družbi negativen pomen<sup>30</sup> in pomeni neupravičeno razlikovanje ljudi ali skupin.

Ne moremo si zamisliti področja, kjer v preteklosti ne bi bilo prisotnega razlikovanja in diskriminacije; tudi šport na različnih področjih skozi zgodovino ni bil izjema. Preden si pogledamo podrobnejše oblike diskriminacije v športu, pa moramo omeniti še paradoks športa. Kot ugotavlja Gasparini (2010), je šport (kot oblika športa za vse) prostovoljna aktivnost v katero se lahko vključi vsakdo ne glede na njegove osebne okoliščine (starost, vero, spol, izvor ipd.). Zato lahko šport upravičeno štejemo med področja, kjer ni prisotne diskriminacije. Nasprotno pa je treba gledati tekmovalni šport, kjer izključitev slabših tekmovalcev lahko izgleda kot diskriminacija, kot na obliko diferenciacije. Pri izboru v reprezentanco selekcija ne temelji na osebnih okoliščinah športnikov, ampak na njihovi tekmovalni uspešnosti. Skladno s športno ideologijo tekmovanje predstavlja pravični kriterij, saj predpostavlja enakost med športniki. Na tekmovanjih se uporabljajo tekmovalna pravila, ki zahtevajo enako obravnavo športnikov glede na spol, starost, težo, stopnjo znanja ipd. Tekmovanja so zato upravičeno deljena po spolu, starostnih skupinah, težinskih kategorijah, stopnjah znanja, saj imajo tekmovalci le na ta način možnost enakopravne obravnave. Seveda pa je logično, da imajo prednost pri nastopu na najprestižnejših tekmovanjih tekmovalci, ki so najboljši v svoji kategoriji v državi in da zmaga najboljši tekmovalec, ne glede na barvo kože, nacionalnost ali vero.

Vendar pa realnost kaže na kršitve etičnih načel športa, saj družba ne sledi svojim načelom in namenom športa kot univerzalnega koncepta. Dnevne prakse in vodenje športnih organizacij kažejo, da na šport še vedno vplivajo številni predsodki, zato so nekateri posamezniki, ker pripadajo določenim skupinam ali se to predpostavlja, podvrženi krivicam in diskriminaciji, kar poudarja paradoks športa (Gasparini, 2010). Doupona Topič in Petrović (2007) ugotavljata, da športne aktivnosti niso preproste predstave sedanjosti, ampak so del zgodovinsko pogojenih in družbeno proizvedenih omejitev in zmožnosti. S to ugotovitvijo se strinjata tudi Massao in Fasting (2010, v

---

<sup>30</sup> Poznamo tudi t. i. pozitivno diskriminacijo (npr. politika aktivnega zaposlovanja, v katero so vključene težko zaposeljive osebe - starejše osebe, invalidi ipd.), pri kateri ločevanje določenemu posamezniku ali skupini prinese prednosti. Z določenimi ukrepi ranljivejše skupine postavimo v ugodnejši položaj v primerjavi s prevladujočo skupino, da bi jim zagotovili enake možnosti oziroma izenačitev izhodiščnega položaja (Kuhar, 2009).

Marjoribanks in Farquharson, 2012), saj trdita, da je (današnji) šport organiziran okoli socialnih, ekonomskih, kulturnih in političnih struktur, ki imajo zgodovinsko privilegirano in ki še naprej privilegirajo prevladujoče skupine v družbi. Današnji šport odraža in utrjuje norme maskulinizacije<sup>31</sup>, feminizacije, patriarhije in heteronormativnosti<sup>32</sup> v družbi (Marjoribanks in Farquharson, 2012). Šport lahko s spodbujanjem večvrednosti določenih družbenih skupin postane vplivno sredstvo razdvajanja družbe.

K reševanju problema diskriminacije bi morali pristopiti z osnovnim izhodiščem: čeprav smo si ljudje med seboj različni, smo lahko enakopravni. Enakopravnost v športu pa lahko definiramo v smislu proste izbire, da se ima vsakdo pravico ukvarjati s športom, da verjame v uspeh in ga tudi doseže (Doupona Topič in Petrović, 2007). Kljub temu, da je sodobni šport svetovni fenomen, ki spodbuja izmenjavanje izkušenj in doživetij s svetovnim občinstvom, pa še ni univerzalno vključujoč in tako nadaljuje svojo tradicijo izključevanja oziroma diskriminacije določenih skupin (Kay in Jeans, 2008). V nadaljevanju so predstavljene nekatere najpogostejše oblike diskriminacije v športu: diskriminacijo na podlagi spola, rase in spolne usmerjenosti ter tudi segregacijo glede gibalnih zmožnosti športnikov.

#### a) SPOLNA DISKRIMINACIJA

Pregled športne zgodovine kaže, da po mnenju moških ženske niso primerne za športne aktivnosti iz treh razlogov: 1) medicinski razlog pravi, da so ženske psihično neprimerne za športne aktivnosti in se lahko poškodujejo, 2) po estetskem razlogu so športnice nepriljubljen spektakel ter 3) po družbenem razlogu sta s športom povezana narava in obnašanje v nasprotju z »resnično« ženskenostjo (Kay in Jeans, 2008).

Zgodovinsko utrjeni vzorci maskulinizacije so povzročili, da so bile ženske že zelo zgodaj izključene iz športnih dejavnosti. Doupona Topič in Petrović (2007) ugotavljata, da se je diskriminacija žensk začela že v antičnem času: ženskam je bilo prepovedano gledanje in sodelovanje na antičnih olimpijskih igrah, saj je bila to izključna pravica moških. Tradicionalna tekmovalna superiornost moških se je obdržala vse do poznega 19. stoletja, ko so se pojavile moderne olimpijske igre in so ženske zahtevale pravico po participaciji v športu. Ustanovitelj modernih olimpijskih

---

<sup>31</sup> Šport kot družbena institucija je že v preteklosti predstavljal izredno vplivno sredstvo izoblikovanja in prenosa maskuliniziranih vrednot in ideologij na vsa družbena področja. Maskulinizacija v športu tako postavlja »nemaskulizirane« skupine na rob športa, s tem pa spodkopava in škoduje njihovem položaju v športu (Kay in Jeans, 2008).

<sup>32</sup> Heteronormativnost pomeni skupek družbenih norm, ki legitimizira heteroseksualnost kot posebno obliko odnosov, ki se kaže kot naravna in univerzalna kategorija (Kuhar, 2006).

iger Pierre de Coubertin je bil prepričan, da »morajo biti olimpijske igre rezervirane za slovesnost in periodično povzdigovanje moškega športa z ženskim aplavzom kot nagrado« (Coakley v Houlihan, 2008, str. 46–47). Po njegovem mnenju naj bi bil ženski šport nepraktičen, nezanimiv, neestetski in nenaraven. Prav zaradi takšne prevladujoče miselnosti, ženskam na prvih modernih olimpijskih igrah v Atenah leta 1896 še ni bilo dovoljeno nastopiti. Prvič so lahko nastopile štiri leta kasneje na olimpijskih igrah v Parizu, kjer so lahko tekmovalce le v golfu in tenisu (Doupona Topič in Petrović, 2007). Z vsakokratnimi igrami pa se je povečevala vključenost ženskega športa, kar prikazuje tabela 1.

**Tabela 1: Udeležba žensk na izbranih Poletnih olimpijskih igrah (Houlihan, 2008)**

Leto in lokacija	Število udeleženi držav	Število športov namenjenih moškim/ženskam (% ženskih športov v primerjavi z moškimi)	Število tekmovalcev	Število tekmovalk	% tekmovalk (v primerjavi s tekmovalci)
1908: London	22	50/0 (0 %)	1999	36	2
1932: Los Angeles	47	87/14 (16 %)	1281	127	16
1964: Tokio	93	115/32 (28 %)	4457	683	15
1984: Los Angeles	140	153/73 (48 %)	5458	1620	30
1992: Barcelona	170	171/98 (57 %)	7555	3008	40
1996: Atlanta	197	170/108 (64 %)	6813	3506	52
2000: Sydney	199	180/132 (73 %)	6582	4069	62
2004: Atene	201	176/136 (77 %)	6262	4306	69

Čeprav se v zadnjem stoletju povečuje vključenost žensk v šport, ki pomeni velik korak naprej k vse večji enakosti spolov v športu, pa danes še vedno obstajajo precejšnje družbene razlike med spoloma (Doupona Topič in Petrović, 2007), hkrati pa so tradicionalne ideje o tem »kaj je neprimerno« še vedno zelo vplivne. Shaw (v Marjoribanks in Farquharson, 2012) ugotavlja, da je mogoče današnje razumevanje povezanosti športa in spola strniti v naslednji trditvi: 1) obstajajo (nenapisana) pravila o primernosti in neprimernosti določenih športov za moške in ženske in 2) obstaja splošno družbeno mnenje o manjvrednosti športov, v katerih prevladujejo ženske. Doupona Topič in Petrović (2007) pa k temu dodajata še mnenje starejših



ljudi in otrok o neprimernosti športa za ženske. Od tod izvirajo delitve na moške in ženske športe, ki odsevajo binarne razlike, povezane z možatostjo in ženstvenostjo (Kay in Jeans, 2008). Nekateri športi (npr. tenis, plavanje, golf) so značilni za oba spola in se igrajo ločeno glede na spol, nasprotno pa obstajajo tudi športi, ki so namenjeni le določenemu spolu: izrazito moški športi so npr. nogomet, hokej, kjer se poudarjajo hitrost, vzdržljivost, moč (Marjoribanks in Farquharson, 2012), medtem ko so skupinske vadbe in estetski športi (npr. ritmična gimnastika, ples) namenjene predvsem ženskam (Doupona Topič in Petrović, 2007).

Poleg obstoja »moških in ženskih športov«, Washington in Karen (v Marjoribanks in Farquharson, 2012) podajata še ugotovitve številnih raziskav, ki kažejo na precejšnjo stopnjo nepravilnosti med spoloma v športu. Moški športi so v primerjavi z ženskimi veliko bolj cenjeni, kar se odraža v večji profesionalizaciji, večjem deležu finančnih sredstev, večji gledanosti moškega športa ter v manjši zastopanosti žensk na vseh ravneh športa (na tekmovalni, trenerski ali administrativni ravni). Manjša zastopanost žensk je svetoven fenomen, ki ni omejen samo na tekmovalno raven (igranje), ampak je značilen tudi za vodstvene položaje, kjer moški zasedajo vodstvene položaje, ženske pa podporne (Kay in Jeans, 2008).

Drugorazrednost žensk se kaže tudi v poročanju o ženskih športnih dosežkih. Še zlasti je to veljalo v začetku 20. stoletja, ko so mediji objavljali neresnična tekmovalna poročila ali so spremenili dejstva tako, da so bolj ustrezala njihovem pogledu na svet (Doupona Topič in Petrović, 2007). Tudi danes se v medijih pojavljajo neprimerni komentarji in diskriminatorno poročanje o dosežkih, saj globalizacija in profesionalizacija športa spodbujata upodabljanje tistega dela športa, ki je najbolj zanimiv občinstvu. Več pozornosti je tako namenjene moškemu športu, kjer se poudarja moč, nasprotno pa se pri ženskem športu poudarjata šibkost in zunanost športnic. Tak način poročanja, ki se bolj osredotoča na videz žensk ali na njihovo zasebno življenje, kot pa na samo igro in dosežke, podcenjuje uspehe športnic in ustvarja mnenje, da ženske niso zmožne tekrovati na enak način kot moški (Kay in Jeans, 2008). Različno obravnavanje športnic v medijih kaže na razmerje moči med spoloma (Doupona Topič in Petrović, 2007), kjer še vedno prevladujejo moški.

Ugotavljamo, da so na podlagi patriarhalne vzgoje v preteklosti, in s tem podrejenosti žensk moškim, obstajala prevladujoča moška mnenja glede nezmožnosti žensk, tudi v športu. Podrobnejši pregled zgodovine nam pokaže počasen in dolgotrajen proces vse večje emancipacije žensk, ki pa še vedno ne dosega popolne enakopravnosti kar zadeva zaposlovanja na vodstvenih položajih in priznanja ženskih tekmovalnih dosežkov. Kljub temu pa je bilo storjenega veliko za zmanjšanje

diskriminacije s sprejetjem antidiskriminatorne politike, katere namen je bil zmanjšati razliko v zaposljivosti med moškimi in ženskimi na vodstvenih položajih.

#### **b) DISKRIMINACIJA NA PODLAGI SPOLNE USMERJENOSTI**

Tradicionalne maskulinizirane predstave v družbi in v športu so povzročile, da se z manjvrednostjo in diskriminacijo ne srečujejo le ženske, ampak tudi homoseksualci<sup>33</sup>. Diskriminacija na podlagi spolne usmerjenosti v športu se kaže predvsem na poklicnem področju kot izključevanje homoseksualcev iz igralne skupine (Marjoribanks in Farquharson, 2012) in kot onemogočanje opravljanja trenerskega poklica zaradi njihovega napačnega enačenja s pedofili (Kuhar, 2006).

Podobno kot pri spolni diskriminaciji, pri kateri med moškimi obstaja prepričanje o športu kot moški domeni in ženske v njem niso dobrodošle, velja tudi za heteroseksizem. Če podamo enako logiko o športu kot o pravi moški domeni, potemtakem po mnenju »pravih moških« tudi homoseksualci zaradi pomanjkanja možatosti<sup>34</sup> niso zaželeni v (moškem) športu. Večina najpopularnejših igralcev (npr. vodje ekip) z verbalnimi napadi spodbuja sotekmovalce k homofobičnosti<sup>35</sup> in sovražnosti (Messner v Marjoribanks in Farquharson, 2012). Takšen jezik poudarja pomen »prave moškosti« in ponižuje ženske in homoseksualne moške. Tekmovalci s slabšimi uspehi so s strani trenerjev ali sotekmovalcev pogosto tarča slabšalnih primerjav z ženskimi sposobnostmi; pojavijo se trditve kot so »tečeš kot punca«, »igraš kot punca« ali »takšne sklece delajo samo punce«, pri tem pa takšna žaljivka sočasno žali ženske in kritizira športni nastop moškega. Zaradi takšnih procesov, ki se

---

<sup>33</sup> Obstaja bistvena razlika v percepciji ženske in moške homoseksualnosti; moška homoseksualnost je bolj ogrožajoča, saj je koncept heteronormativnosti definiran z moško nadrejenostjo ženski. Moški v spolnem odnosu z drugim moškim nadomesti žensko, s tem pa sebe postavi v podrejen položaj oziroma se reducira na raven ženske (Kuhar, 2006). Iz tega lahko sklepamo, da je moška homoseksualnost veliko manj zaželena kot pa ženska.

<sup>34</sup> Gross in drugi (1980, v Kuhar, 2006) so na osnovi svoje študije ugotovili, da so homoseksualci označeni kot teatralični in nežni, medtem ko so heteroseksualni moški označeni kot agresivni, močni, dominantni in tekmovalni.

<sup>35</sup> Večina ljudi si napačno interpretira homofobijo kot strah pred človekom oziroma fizičen strah pred bližino s homoseksualci. Homofobija dobesedno pomeni »strah pred istostjo«, pri tem pa opozarjamo, da homofobija ni le strah pred tistimi, ki so identificirani kot homoseksualci, ampak je tudi strah pred tem, da bi bil (homofobičen) posameznik prepoznan kot en od homoseksualcev. Danes je homofobija razumljena kot oblika splošnega političnega, osebnega in moralnega nestrinjanja. Pojem homofobija, ki temelji na predsodkih in stereotipih, vključuje nestrinjanje, obsojanje, odpor, nasilje kot tudi omalovaževanje in diskriminacijo istospolnih posameznikov (Kuhar, 2006).

začnejo že v otroškem športu in nadaljujejo v odraslem, se ohranjajo določene oblike heteroseksualne moškosti (Marjoribanks in Farquharson, 2012).

Moramo pa opozoriti še na en vidik homoseksualnosti; na zmotno predstavo o enačenju homoseksualnosti in pedofilije. Homoseksualci so v družbi razumljeni kot skupina, ki ogroža najšibkejše člane druge skupine, najpogosteje otroke. To pojasnjuje, zakaj se zdi, da je homoseksualnost najbolj ogrožajoča tam, kjer so homoseksualci v stiku z otroki - npr. kot učitelji, duhovniki in tudi v športu kot vaditelji in trenerji. Temu pritrjujejo tudi rezultati ankete o toleranci v Delu leta 2001, kjer je kar 43 % vprašanih menilo, da Slovenci nismo dovolj strpni do ljudi druge rase, spolne, verske in druge usmeritve. Pri tem pa je zanimiv podatek, da je kar 60 % tistih, ki so zatrdili, da Slovenci nismo dovolj strpni, odgovorilo, da homoseksualcu ne bi zaupali v varstvo svojega otroka (Kuhar, 2006). Vidimo, da se zaradi napačne predstave družbe o homoseksualcih le-ti pogostokrat srečujejo z neresničnimi obtožbami, da so pedofili, v športu pa so zaradi pritiska staršev izključeni iz opravljanja trenerskega poklica. Predsodki in stereotipi so ključni dejavniki, ki homoseksualcem onemogočajo enakopravno obravnavo.

### c) RASNA DISKRIMINACIJA

Čeprav je bila v preteklosti rasna diskriminacija v športu zelo velik problem, pa v zadnjih desetletjih opazamo, da se njena pojavnost zmanjšuje (Gorenc, 2014).

Že iz preteklosti so znani miti glede superiornosti temnopoltih športnikov na igrišču; v primerjavi z belopoltnimi športniki naj bi bili bolj nadarjeni in sposobni doseči dober rezultat z malo truda, zato se tudi njihove uspehe dojema kot nekaj pričakovanega in niso enakovredni uspehom belopoltnih športnikov. Uspehi le-teh se dojemajo kot posledico trdega dela, zato so belopoltni športniki v moralno superiornem položaju v primerjavi s temnopoltimi (Marjoribanks in Farquharson, 2012).

Vidimo, da je rasa socialni konstrukt in so zato tudi prepričanja glede rasnih sposobnostih socialno konstruirana in niso osnovana na biološki realnosti. Ni dokazov, da bi bili temnopolti ljudje neprimerljivo atletske ali intelektualno boljši kot belopoltni. Obstaja pa veliko dokazov o tem, da socialne strukture v in okoli športa (mediji, trenerji, športniki, starši) z rasnimi vzorci športnega sodelovanja krepijo rasne stereotipe glede športne primerljivosti. Veliko ekipnih in individualnih športov je namreč rasno segregiranih. Kljub temu, da v večini profesionalnih ekip (npr. nogomet) in tudi nekaterih individualnih disciplinah športa (npr. sprint) prevladujejo temnopolti igralci, pa v večini športov in rekreaciji na Zahodu prevladujejo belopoltni športniki. Hkrati pa zaradi stereotipov o agresivnosti, hitrosti in moči temnopoltih športnikov le-ti zasedajo obrambne pozicije v ekipnih športih, medtem ko vodilne

pozicije pripadajo belopoltim športnikom (Marjoribanks in Farquharson, 2012). Washington in Karen (v Marjoribanks in Farquharson, 2012) ugotavljata, da je šport rasno segregiran tudi na administrativnem nivoju. Medtem ko v večini profesionalnih športov temnopolti ljudje dominirajo na igrišču (igralne pozicije), pa belopolti prevladujejo na vodstvenih položajih kot športni funkcionarji ali trenerji.

#### **d) DISKRIMINACIJA VRHUNSKIH ŠPORTNIKOV INVALIDOV**

Del današnjega vrhunškega športa pripada tudi športnikom invalidom, ki se na svoji športni poti srečujejo s številnimi predsodki in diskriminacijo. Predsodki manjvrednosti izvirajo že iz zgodovine, ko so osebe s fizičnimi, senzoričnimi ali intelektualnimi primanjkljaji označili kot »abnormalne« in jih izključili iz družbenega življenja. Mnogi so bili pri tem deležni usmiljenja ali pomilovanja, še več pa jih je občutilo posmehovanje, trpinčenje in celo smrt<sup>36</sup> (Thomas, 2008).

Gasparini (2010) govori o tekmovalnem športu, temelječem na telesnih zmogljivostih, ki ne ločuje samo moškega in ženskega športa, ampak ločuje tudi športnike s posebnimi potrebami<sup>37</sup> od drugih, «normalnih» športnikov. Čeprav nismo zagovorniki ločevanja športnikov, pa se nam zdi vseeno prav, da je šport invalidov posebna kategorija športa, kjer imajo tudi športniki s posebnimi potrebami oziroma športniki invalidi pravico do športnega udejstvovanja, ki je prilagojen njihovim telesnim in umskim sposobnostim. Hosta (2005) to imenuje pozitivna diskriminacija, ki se uveljavlja tam, kjer si izključeni ali postavljeni na rob ne morejo sami pomagati. Pri tem gre za vključevanje ljudi s posebnimi potrebami na različnih nivojih:

---

<sup>36</sup> Barnes (v Thomas, 2008) ugotavlja, da v antični Grčiji zaradi obsesije po telesni popolnosti ni bilo prostora za osebe s fizičnim ali intelektualnim primanjkljajem. Grki in Rimljani so ubijali novorojenčke, rojene z raznimi hibami, podobno prakso pa so imeli tudi zgodnji kristjani. Šele v 18. stoletju, s pojavom blaginje in socialno-zdravstvenimi politikami, so bile osebe s posebnimi potrebami obravnavane bolj dostojanstveno. Vendar pa je konec 18. in v začetku 19. stoletja ideologija socialne oskrbe izključila osebe s posebnimi potrebami iz družbe, zato so jih začeli zapirati v posebne ustanove za duševno bolne in hendikepirane.

<sup>37</sup> V slovenščini se za osebe s posebnimi potrebami v pravnih predpisih uporablja več izrazov: invalidi, hendikepirani, funkcionalno ovirane osebe, otroci s posebnimi potrebami ipd. Kljub uporabi različnih pojmov, pa le-ti označujejo isto skupino oseb, ki tekom svojega razvoja (otroška, odrasla doba) potrebujejo določene oblike pomoči ali prilagoditev, ki jim omogočijo razvoj njihovih potencialov v največji možni meri. Med osebe s posebnimi potrebami uvrščamo osebe z motnjami v duševnem razvoju, slepe in slabovidne, gluhe in naglušne, osebe z govorno-jezikovnimi motnjami, gibalno ovirane, dolgotrajno bolne, osebe z učnimi težavami, osebe s čustvenimi in vedenjskimi motnjami, osebe s kombiniranimi motnjami in tudi nadarjene otroke (Kobal Grum et al., 2009).

vključevanje v ustaljen red, organiziranje interesnih skupin. Ljudje s posebnimi potrebami se že v svojem vsakdanjem življenju srečujejo s številnimi psihološkimi pritiski in fizičnimi ovirami, hkrati pa se s težavami srečujejo tudi na začetku svoje športne poti. Vključitev športnika s posebnimi potrebami v skupino je namreč poseben izziv za vse sodelujoče: kako takšno osebo vključiti v skupino, da ne bo ovirala običajne skupinske dinamike, obenem pa da se bo počutila koristnega skupnosti. Mnogi trenerji bi ljudi s posebnimi potrebami preprosto zavrnil, češ da bodo trenirali le z »normalnimi« športniki, saj delo s športniki s posebnimi potrebami zahteva drugačen pristop, načine treningov in obilo potrpljenja. Vključevanje oseb s posebnimi potrebami v šport zahteva nekatere prilagoditve za to skupino športnikov, saj jim je z zagotavljanjem enakih možnosti omogočeno lažje športno udejstvovanje. Tako je ob vključitvi oseb s posebnimi potrebami v ustaljen športni red vredno razmisliti o vključitvi spremljevalcev, ki jim omogočajo treninge in nastope ter s pomočjo katerih so številni športniki invalidi, slepi, gluhi ipd. že dosegli vrhunske športne rezultate. Prilagodljivost pravil rekreativnega športa omogoča ustvarjanje interesnih skupin, v katerih sodelujejo ljudje s podobnimi ali enakimi posebnostmi, ki znotraj skupine postanejo nepomembne. Organizacija interesnih skupin, kjer posebnost postane enakost, pomeni enakopravnost. Odličen primer so paraolimpijske igre<sup>38</sup>, kjer veljajo enake zakonitosti kot v vrhunskem športu: igra potisne igralce v svet telesne spretnosti, čustev, predanosti, tekmovalnosti, odgovornosti itd. Z ustvarjanjem pravične športne skupnosti se ljudi s posebnimi potrebami vključi in se jim da možnost, da se izkažejo v tistih telesnih tehnikah, ki so jih zmožni opravljati. Še en vidik diskriminacije slovenskega športa invalidov predstavlja medijsko poročanje o dosežkih naših športnikov. Kljub poročanju o odmevnih dosežkih slovenskih športnikov invalidov, pa je vrednotenje in nagrajevanje teh uspehov v primerjavi z uspehi športnikov neinvalidov neprimerno in nepravično. Marko Rajšter, direktor Direktorata za šport Ministrstva za šolstvo in šport, je v prispevku za TV SLO podal naslednjo izjavo (Pintar, Pinter in Flere, 2009): »S stališča promocije države in njenega gospodarstva in turizma pa je vendarle potrebno ločiti med vrhunskimi športnimi dosežki športnikov na rednih olimpijskih igrah in svetovnih prvenstvih in kakšna je odmevnost teh tekmovanj, kakšna je gledanost in kakšen je seveda vpliv in odziv mednarodne javnosti na te dosežke, v primerjavi z nesporno vrhunskimi dosežki

---

<sup>38</sup> Paraolimpijske igre so bile prvenstveno organizirane za športnike s poškodbami hrbtenice, danes pa je dovoljeno nastopati športnikom z amputacijami, s cerebralno paralizo, z okvaro vida, z intelektualnim primanjkljajem, športnikom, ki uporabljajo invalidski voziček ter vsem drugim športnikom z drugimi oblikami telesnih okvar (Thomas, 2008).

športnikov invalidov«. S to izjavo je Rajšter pojasnil, zakaj Vlada Republike Slovenije med 21 športnikov, dobitnike posebne denarne nagrade za promoviranje države z vrhunskimi športnimi rezultati, ni vključila niti enega športnika invalida, čeprav so dosegli medalje na olimpijskih igrah leta 2008 v Pekingu. V odprtem pismu Vladi Republike Slovenije, kot odzivu na to izjavo, se slovenski športniki invalidi, dobitniki medalj na paraolimpijskih igrah leta 2008, javno sprašujejo ali so športniki invalidi in njihovi dosežki, javnost, ki spremlja paraolimpijske igre, ali razprodan stadion na paraolimpijskih igrah vredni manj kot športniki, dosežki in olimpijske igre neinvalidov. Takšna izjava o manjvrednosti športnikov invalidov in njihovih dosežkih s strani državnih uradnikov, ki bi morali v prvi vrsti spodbujati razvoj vseh oblik športa, je absolutno neprimerna in vredna obsojanja ter zahteva javno opravičilo vsem športnikom invalidom. Dosežki športnikov invalidov niso nič manjvrednostni kot dosežki športnikov neinvalidov, oziroma kot pravijo Pintar et al. (2009): »Vse kar potrebujemo, hočemo in zahtevamo, so enaki pogoji za ukvarjanje z vrhunskim športom in posledično tudi enako vrednotenje vrhunskih dosežkov.« K temu pa lahko dodamo še naše osebno mnenje, da lahko športnike invalide in njihove dosežke le še bolj cenimo, saj morajo vložiti več časa in truda, da dosežejo odmeven rezultat, ki se lahko enači z rezultati športnikov neinvalidov. Če navedemo samo primer rezultata v teku na 100 m: nigerijski paraolimpijec Ajibola Adoeye je leta 1992 postavil paraolimpijski rekord s časom 10,72 sekund, ki je bil le sekundo počasnejši od olimpijskega rekorda (Thomas, 2008).

#### **5.1.4 PREVELIK PRITISK NA ŠPORTNIKE**

Zaskrbljujoče je, da so mladi športniki vse bolj izpostavljeni napornim treningom s strani ljudi, ki jim najbolj zaupajo in jih občudujejo - trenerjev. Le-ti so pri svojem delu izredno pričakovalni, na izobraževanjih pa jim je celo svetovano naj skrbno nadzorujejo celoten trenažni proces, saj naj bi bil nadzor ključni dejavnik uspešnega treniranja (Fox v Lang, 2010). Hkrati pa se od športnikov pričakuje brezpogojna podrejenost trenerju, saj se lahko le na ta način doseže uspeh. Mnogo trenerjev zato meni, da je smiselno uveljavljati nadzor nad celotnim življenjem športnika; trenerji tako smejo od športnikov zahtevati udeležbo na minimalno predpisanem številu intenzivnih treningov, izpostavljajo jih dietam in obveznim tehtanjem, nekateri trenerji pa celo zapovedujejo svojim športnikom slog oblačenja in družbene dejavnosti ter jih tudi silijo v uporabo kontracepcije (McMahon v Lang, 2010). Tistim športnikom, ki zavračajo trenerjeve zahteve po brezpogojni poslušnosti, grozi prepoved tekmovanja ali celo izključitev iz kluba. Kot ugotavlja Petrovič (v Novak, 2013; Gorenc, 2014) športniki zavestno ali podzavestno živijo s strahom, da bi jim

trenerji za napačno izrečeno besedo, kaj šele za pritožbo, onemogočili razvoj njihovega talenta in dosego rezultatov. Tovrsten strah tako omogoča trenerjem širok prostor za vsakodnevne manipulacije športnikov. Novak (2013) pa dodaja, da se popolnoma podrejeni športniki niti ne ukvarjajo z mislijo, ali je trenerjev odnos do njih korekten, pošten in dobronameren, ali jim nudi tisto, kar v resnici potrebujejo za svoj uspeh in napredek, ali sprejema za njih pravilne odločitve. V bistvu mu enostavno popolnoma in slepo zaupajo ter ubogajo vsak njegov namig, besedo oziroma zahteve, ki so lahko še tako absurdne.

Kljub pomanjkanju empiričnih raziskav o izpostavljenosti športnikov trenažnim režimom, pa nepotrjene ugotovitve kažejo vse večjo izpostavljenost športnikov trenerjevim pritiskom glede upoštevanja trenažnih režimov. Trenerji pri ustvarjanju pritiska uporabljajo nasilje in zlorabe, saj lahko le tako pridobijo (prostovoljno) sodelovanje športnika. Ugotovitve večih raziskovalcev kažejo na to, da so športniki v času svojega športnega udejstvovanja izpostavljeni različnim oblikam verbalnega, fizičnega in psihičnega nasilja: poniževanju, ustrahovanju, udarcem in klofutam, kaznovanju v obliki dodatnih telesnih vaj (Lang, 2010), kričanju in podcenjevanju. Vse te oblike nasilja služijo kot običajno trenersko orodje, ki ga uporabljajo trenerji vrhunskih športnikov (Gervis in Dunn v Lang, 2010). Ob vsem tem se moramo vprašati, ali so takšni pritiski trenerjev dobri za vse športnike. Nekaterim športnikov seveda ustrezajo takšne zahteve in načini treningov, saj s tem dobijo dodatno motivacijo, spet druge pa takšen odnos trenerja odbija in zato odnehajo. Lang (2010) se zato sprašuje, ali uporaba različnih oblik nasilja opravičuje uspeh športnikov in ali morda ni takšno ustrahovalno vedenje trenerjev zloraba njihove moči.

Kot ena od oblik prevelikega pritiska na športnike je tudi tekmovanje pod prisilo, kjer gre za zlorabe pravic, ki jih imajo trenerji kot nadrejeni (Gorenc, 2014). Petrović (1989) pravi, da imajo trenerji različne pravice: 1) pravica zahtevati, da tekmovalec nastopi, vendar ne v primeru bolezni, 2) pravica trenerja, da vodi programiran trening, vendar ne v škodo športnikovega zdravja, 3) pravica trenerja in preostalega vodstva, da motivira tekmovalca, vendar ne z moralno dvomljivimi in pogosto žaljivimi sredstvi, žaljivkami, ali igrajoč na kakšno drugo »višjo vrednoto«, ki je dejansko umišljena, 4) pravica trenerja zahtevati zmago oziroma igro na zmago, vendar ne za ceno poškodovanja nasprotnika. V primeru, da trener krši te pravice, gre torej za zlorabo pravic. Pavčnik (v Petrović, 1989) meni, da je zloraba pravic v tem, da »nosilec izhaja iz pravno dopustnega abstraktnega upravičenja, ki ga konkretizira in materializira tako, da njegovo ravnanje presega meje upravičenja«

(str. 12). Menimo pa, da se veliko trenerjev ne zaveda dejstva, da pri svojem delu zlorablajo svoje pravice in škodujejo športnikom.

### **5.1.5 FENOMEN ZMAGE IN POJAV GLADIATORSTVA V ŠPORTU**

Razmišljanje o zmagi in gladiatorstvu v športu, fenomenoma moderne družbe, začinjamo s citatom športnega filozofa dr. Milana Hoste (2007): »Kaj žene športnike, da premagujejo vse ovire, da posvetijo vse svoje telesne moči, da se izpostavijo visokemu tveganju za poškodbe, da pretirano izkoriščajo svoja telesa, samo da bi izkusili tiso ekstra sekundo, tisti odločilni centimeter ali tisti kilogram več? Kaj hudiča naredijo s tisto ekstra sekundo? In vendar, to ni pravo vprašanje. Uspelo jim je! Postavili so osebni rekord! Svetovni rekord - to ne spremeni naše pozicije. Naredili so, kar je bilo treba narediti. Dali so vse od sebe in to je tudi skoraj vse« (str. 64). Citat nas napeljuje k razmišljanju o sodobni tehnološki in v potrošništvo naravnani družbi, ki v športu poudarja duševni dualizem in povečevanje zmage. Duševni dualizem po eni strani razumemo kot uspeh za vsako ceno, pri katerem uspeh v končnem seštevku nima prave cene, po drugi strani pa ga razumemo kot vse večji strah pred neuspehom, ki vodi v hude frustracije športnikov. Zmaga prinese športniku občutek sreče in večjo samozavest, nasprotno pa sta v primeru poraza prisotna potrtnost in depresivnost. Tako zmaga za vsako ceno, kot tudi strah pred neuspehom ustvarjata negotovost in strah ter onemogočata razvoj ustvarjalnosti športnikov. Hkrati pa tudi ne moremo spregledati dejstva, da se v zahodni družbi pretirano povečuje zmago, saj velja, da je »zmaga edino, kar velja«. Vendar pa je takšno pojmovanje zmage, kot premagati drugega, enostransko in poenostavljeno razumevanje uspeha v športu (Doupona Topič in Petrović, 2007). Vodilo »zmaga je vse« kvari šport, saj zanika kompleksno mrežo vrednot (sodelovanje, medsebojna težnja k odličnosti, samouresničitev, telesni nadzor itd.) (Hosta, 2007), in tako siromaši duhovno bogastvo zmagovalca in poraženca, zastruplja odnose in razvija gladiatorstvo med tekmovalci (celo med otroki) ter ob vse manjših zavorah vodi do nasilja in jemanja nedovoljenih poživil (Doupona Topič in Petrović, 2007).

Ko športu odvzamemo fair play, pri katerem gre za pošten odnos do nasprotnikov in do svojega telesa, postane cirkus in gladiatorstvo (Hosta v Šugman, Doupona Topič, Hosta in Šolar, 2013). Pojav pretiranega tekmovalnega obnašanja (gladiatorstva) pa je značilen že za celoten vrhunski šport. Mladi športniki zaradi pritiska odraslih postajajo pozornejši na zmagovanje in dobro igranje kot pa na pošteno igro in zabavo. V športu tako ni več igrivosti, postal je preresen; v vrhunskem športu žal največkrat ni več pomembno, kdo je najboljši, temveč kdo je najmočnejši. Pretirano povečevanje uspeha enega je za vse druge športnike huda frustracija, kar je še



posebej izrazito pri mladih, ki šport dojemajo kot najpomembnejši kazalec njihove uspešnosti oziroma neuspešnosti. Pri treniranju športnikov bi morali trenerji namesto postavljanja zahtev po zmagi na prvo mesto postaviti moralne vrednote športa. Premalo je poudarka na izpopolnjevanju samega sebe, ki pa ne poudarja zmage za vsako ceno; namen tekmovanja ni premagati nasprotnika in biti prvi, ampak je pomembnejša notranja zmaga - občutek, da smo na tekmovanju naredili največ, kar je bilo v naši moči (Doupona Topič in Petrović, 2007). Tudi Hosta (v Šugman et al, 2013) meni, da smisel tekmovanja ni v zmagi ali porazu, ampak v dogovoru, da bomo drug drugemu najboljši tekmelec, pri čemer zna dober tekmelec iz nas potegniti najboljše, in je zato hkrati naš prijatelj in nasprotnik. Najlepše tekme pa se odigrajo ravno med prijatelji; čar športa je v sladki napetosti, ko ne veš, kdo bo zmagal. Pinter (v Šugman et al, 2013) pa še dodaja, da je enako kot zmaga, pomemben tudi način, kako prideš do nje.

Tudi profesionalni šport, v katerem gre za denarna plačila, kaže na povečevanje zmage in gladiatorstvo. Hosta (v Pihlar, 2010) pojasnjuje, da višja, kot je denarna nagrada, več bo športnik pripravljen tvegati. S tem se kaže temna stran športa - športnik za denar dobesedno proda svoje telo, zmogljivosti in talente. Športniki v imenu nekih višjih idealov uničujejo svoje telo z jemanjem protibolečinskih substanc in dopinga s ciljem biti boljši in hitrejši. Odličen primer gladiatorstva, tveganja in zmage za vsako ceno je uspeh smučarske tekačice Petre Majdič, ki je leta 2010 na olimpijskih igrah nastopila kljub več zlomom reber in poškodbi pljuč, pri tem pa nerazumno tvegala življenje za osvojitve bronaste medalje. Majdičeva je postala junakinja, njen primer pa je motivacija ostalim športnikom, da je za osvojitve medalje vredno tvegati tudi zdravje in celo življenje. Vendar pa tu ne gre le za željo športnika po osvojitvi medalje, v ozadju so ogromni pritiski ter dejstvo, da so olimpijske igre le vsaka štiri leta. Pri športniku se po letih napornih treningov pojavi vprašanje: »Kdaj, če ne zdaj?«, ki je še zlasti aktualno ob zaključevanju športnikove kariere in pomeni zadnjo možnost za uresničitev želje po medalji.

## **5.2 ZANEMARJANJE**

Zanemarjanje predstavlja obliko športnega nasilja, o kateri še ni toliko govora. Pojavlja v odnosu, ki temelji na medsebojnem zaupanju in odgovornosti nadrejenega oziroma če konkretiziramo, največkrat se pojavlja v odnosu med trenerjem in športnikom. Zanemarjanje predstavljajo dejanja, ki povzročajo škodo in s katerimi se ne prepreči povzročitev škode športniku. Praktični primeri kažejo, da lahko zanemarjanje v športu največkrat opišemo kot brezbržno vodenje trenažnega procesa; trenerjem je dodeljena naloga, da organizirajo, vodijo in nadzorujejo

izvedbo (varnih) treningov, in če tega ne izpolnjujejo, gre za zanemarjanje njihovih nalog. Stirling (v Kavanagh, 2014) pravi, da je zanemarjanje najvidnejše pri obravnavi dolgoročnih zdravstvenih posledic, ki izhajajo iz intenzivnih treningov. Kot zanemarjanje štejejo tudi ravnanje trenerja, ki se zaveda škodljivih učinkov neke dejavnosti (npr. določena vaja ali način izvajanja le-te) na dobro počutje ali zdravje športnika, in kljub temu zahteva njeno izvedbo, odklonitev zdravniške pomoči poškodovanim športnikom ali nezagotavljanje dostopa do ustreznega izobraževanja športnika zaradi zahtev po predanosti športu, zavračanje in ignoriranje športnika, neizražanje skrbi zanj ter tudi nespoštovanje kodeksa športnega obnašanja (npr. preklinjanje, kajenje in pitje alkohola v navzočnosti športnikov). Nekateri drugi primeri zanemarjanja so tudi treningi v neprimernem prostoru (npr. premajhna telovadnica, slabo zračenje) in v neprimernih vremenskih pogojih (npr. na mrazu, v hudi vročini), zahteva trenerja, da športniki trenirajo poškodovani ali bolni, z neustrezno opremo ali je celo ne uporabljajo, pri tem pa so športniki izpostavljeni nerazumnemu tveganju za poškodbe in dehidracijo.

### **5.3 FIZIČNO NASILJE**

Šport je v zadnjih 100 letih doživel številne spremembe; profesionalizacija in komercializacija sta spremenili šport v velik finančen posel mednarodnih razsežnosti (Marjoribanks in Farquharson, 2012). Pretirana tekmovalnost v športu, ki jo povzroča poveličevanje zmage in ki v ozadju skriva velike ambicije športnika in trenerjev, medijsko prepoznavnost in finančne interese, je izničila Coubertinovo moralno vodilo »važno je sodelovati« in pripeljala do poveličevanja Lombardijevega gesla zmage »zmaga ni vse, zmaga je edino, kar šteje« (Osredkar, 2003). Za doseg svojih ciljev pa športniki in trenerji pogosto ne izbirajo sredstev, zato upravičeno trdimo, da zmaga pogojuje športno nasilje.

Kljub omejenemu številu raziskav o pojavnosti fizičnega nasilja v športu, pa le-te kažejo na njegovo prisotnost v športu. Kavanagh (2014) na praktičnih primerih več avtorjev pojasnjuje, da je zaradi različnih pojavnih oblik fizičnega nasilja v športu (fizično nasilje, telesno kaznovanje, treniranje z bolečino, normaliziranje poškodbe, intenzivni treningi) le-tega težko opredeliti. Iz tega sklepamo, da športniki ne izkusijo fizičnega nasilja le od trenerjev in soigralcev, ampak fizično nasilje pomenijo tudi druge dejavnosti, ki imajo potencialni negativni učinek na zdravje športnika.

V sklopu fizičnega nasilja v športu smo podrobneje prikazali prenaporne treninge in z njimi povezano izgorelost športnikov, prezgodnjo specializacijo, telesno kaznovanje, nasilje med športniki ter vse pogostejše tiho nasilje.

### 5.3.1 PRENAPORNI TRENINGI IN IZGORELOST ŠPORTNIKOV

V kulturi tekmovalnega športa se količina povezuje s kakovostjo, pri čemer pa je količina prehitela kakovost treningov. Trenerji pogostokrat napačno menijo, da so športniki, ki trenirajo več in intenzivneje, boljši od drugih (Lang, 2010). Prenaporne treninge prikazuje primer mladih avstralskih plavalcev<sup>39</sup> - njihovi treningi in obremenitve so ekstremni celo za odrasle plavalce (Donnelly v Lang, 2010). Nasprotno pa sami menimo, da je kakovost športnika odvisna od količine kvalitetnih treningov in tekmovanj, ki so jih športniki deležni v letih športnega udejstvovanja.

Z izborom med najboljše športnike se treningi, tekmovanja in nenehni pritiski po dobrih rezultatih le še stopnjujejo. Vrhunski športniki z učenjem novih znanj in njihovim popolnim obvladovanjem dosežejo najvišjo stopnjo pripravljenosti, ki jo zahtevajo nastopi na najprestižnejših tekmovanjih. Vendar pa se lahko zaradi športnikove popolne podrejenosti ciljem, napornih treningov in nezadostne psihološke podpore pri določenih športnikih pojavi najprej izčrpanost, ki lahko vodi celo v izgorelost oziroma pretreniranost (Isoard-Gauthier, Guillet-Descas in Duda, 2013). O pretreniranosti govorimo takrat, ko športnikovo telo ne more pravočasno uravnavati in blažiti stresnih učinkov na sklepe in mišice ob izvajanju določenih gibov. V večini primerov se izraža v zmanjšani učinkovitosti, kronični splošni in športni utrujenosti ter v vsesplošni izgorelosti organizma (Auckland v Lužar, 2013). Večdimenzionalne definicije poudarjajo tri ključne dimenzije izgorelosti (Kajtna in Jeromen, 2007):

- *čustvena in fizična izčrpanost*: označuje negativen odziv na zahteve treninga in opravljanje vsakodnevnih nalog,
- *ciničnost*: pri tej dimenziji gre za izgubo interesa in želje po ukvarjanju s športom, športniki se izogibajo stikom z ljudmi, prav tako so tihi, nedružabni, delujejo nezainteresirano ipd., ter
- *neučinkovitost*: tretja dimenzija, pri kateri se pojavi rastoč občutek nesposobnosti za opravljanje treningov, dosežki športniku ne nudijo nobenega zadovoljstva, vsi novi cilji pa se mu zdijo preveliki in prenaporni.

Pretreniranost tako pomeni stanje fizične, čustvene in duševne izčrpanosti, ki nastopi kot posledica dalj časa trajajočih zahtevnih obremenitev, stresa in nezadostnega

---

<sup>39</sup> Treningi 14-letnih plavalcev potekajo dvakrat dnevno po 1,5 ure, treninge pa imajo šestkrat tedensko. Preplavane tedenske razdalje mladih plavalcev se s starostjo le še povečujejo in se lahko primerjajo z razdaljami in obremenitvami odraslih plavalcev: 14-letni plavalci tedensko preplavajo 23 km, kar je aerobno enakovredno 257 pretečenim kilometrom (Lang, 2010).

počitka (Kajtna in Jeromen, 2007). Auckland (v Lužar, 2013) je vzroke za pretreniranost razdelil v tri skupine:

- glavni vzroki za pretreniranost: prekratek odmora med treningi (premalo časa je namenjenega dejanskemu počitku), pretirana količina treningov, nenadne spremembe v treningu (povečanje razdalje, intenzivnosti, trajanje),
- vzroki, povezani s trenažnim procesom, ki imajo dodaten vpliv na pojav pretreniranosti: preintenziven program za vadbo moči, prepogosta tekmovanja, monotonost treningov, obdobje med dvema sezonama brez ustreznega počitka, in
- vzroki, ki niso povezani s trenažnim procesom in dodatno vplivajo na pojav pretreniranosti: nepravilna prehrana, nezadostna količina počitka in spanja, čustveni pretresi (npr. smrt, nova služba), nepravilnosti v življenjskem slogu.

Težko je opredeliti, kateri športniki so najbolj dovzetni pojavu pretreniranosti, saj so vsi športniki na vseh nivojih treniranja izpostavljeni nevarnosti tega pojava (Lužar, 2013). Kljub temu pa Hall in Kerr (v Isoard-Gauthier et al., 2013) menita, da so pretreniranosti najpogosteje izpostavljeni visoko motivirani športniki (vrhunski športniki). Zdi se logično, saj so najboljši športniki člani reprezentance, kar pomeni, da so izpostavljeni nenehnim zunanjim in notranjim pritiskom po čim boljšem rezultatu. Visoka motiviranost se kaže kot dokazovanje in upravičevanje mesta v reprezentanci, kot želja po zelo dobrem rezultatu ali kot želja po priznanju, pri tem pa športniki pogostokrat nimajo postavljene prave meje o količini in intenzivnosti treninga. Pojavu izgorelosti so podvrženi tudi športniki, ki menijo, da bodo kaznovani za napako in da trenerji ne bodo prepoznali njihovih prizadevanj (Isoard-Gauthier et al., 2013). Vsem tekmovalcem je skupno to, da so v primeru neizpolnitve postavljenega cilja podvrženi frustracijam s strani trenerja in okolice. Vključenost v zelo intenzivne treninge spremljajo tudi nekatere negativne fiziološke in psihološke spremembe, ki lahko vključujejo zmanjšano motivacijo, kronično utrujenost, občutljivost, poškodbe mišic, hormonsko neravnovesje, zaspanost, zmanjšano odpornost, izgubo apetita, upad teže, spremenljivo razpoloženje, nespečnost, spremembe v načinu gibanja in posledično slabšo izvedbo treninga. Velikokrat se pojavi tudi upad (dobrih) športnih rezultatov, ki je lahko začetni pokazatelj pretreniranosti. Trenerji in športniki velikokrat ignorirajo tovrstne znake, saj menijo, da morajo trenirati še intenzivneje, da presežejo ta padec. Najhujša napaka, ki jo storijo, je ta, da namesto zmanjšanja intenzivnosti ali količine treninga, tega le še povečajo, kar rezultira v pretreniranosti (Lužar, 2013).

### 5.3.2 PREZGODNJA SPECIALIZACIJA IN NEHUMANO DELO

Biti najboljši so sanje in želja vsakega športnika in starša, zato ne preseneča dejstvo, da veliko staršev že zelo zgodaj vpiše otroke v organiziran program treningov<sup>40</sup>. Ameriška akademija za pediatrijo (v David, 2008) trdi, da konkurenčnost na najvišjih nivojih zahteva trenažne režime, ki so lahko ekstremi celo za odrasle. Vedno večje zahteve za uspeh ustvarjajo nenehen pritisk na športnike, da trenirajo dlje, intenzivneje, inteligentneje in celo pri nižji starosti. Neskončna prizadevanja za preseganje nasprotnikov predstavljajo kruto naravo sodobnih tekmovalnih športov. Estetskim športom, kot sta gimnastika ali umetnostno drsanje, je skupna zelo zgodnja izpostavljenost specializaciji<sup>41</sup>, s tem pa tudi intenzivnim trenažnim programom. Vendar pa, kot prikazuje tabela 2, je zgodnja specializacija vse pogostejša tudi v drugih športih, zlasti olimpijskih (npr. plavanje, nogomet, hokej, tenis, smučanje) (Lang, 2010). Začetek specializirane vadbe je odvisen predvsem od značilnosti športne discipline (Ušaj, 2003).

Tabela 2: Starost najpogostejšega začetka redne vadbe, specializacije in doseganja vrhunškega dosežka v različnih športnih panogah (Bompa v Ušaj, 2003)

Šport	Začetek vadbe	Začetek specializacije	Vrhunski dosežek
Atletika	10 - 12	13 - 14	18 - 23
Košarka	7 - 8	10 - 12	20 - 25
Kolesarjenje	14 - 15	16 - 17	21 - 24
Umetnostno drsanje	5 - 6	8 - 10	16 - 20
Smučanje	6 - 7	10 - 11	20 - 24
Nogomet	10 - 12	11 - 13	18 - 24
Plavanje	3 - 7	10 - 12	16 - 18
Tenis	6 - 8	12 - 14	22 - 25
Odbojka	11 - 12	14 - 15	20 - 25

Med športi v tabeli 2 zagotovo najbolj izstopata plavanje in umetnostno drsanje, zato si za lažje predstavljanje pogledjmo nekaj primerov. Specializacija najboljših

<sup>40</sup> Organizirani intenzivni programi vadbe, katerih namen je bil iskati in ustvarjati »otroške prave«, so se začeli pojavljati v 70. letih 20. stoletja v vzhodnoevropskih blokovskih državah (npr. Sovjetska zveza). Odmevni uspehi športnikov so povzročili širitev tovrstnih programov drugod po svetu - na Kitajsko, v Vzhodno Nemčijo, Veliko Britanijo in ZDA (Lang, 2010).

<sup>41</sup> Vrhunska športna vadba poleg rednih treningov zahteva še specifično obliko treniranja - specializacijo. Le-ta se pojavi, ko športnik omeji športno udejstvovanje le na en sam šport ali športno disciplino, pri tem pa je intenzivna in ozka vadba usmerjena v tekmovalni uspeh - dosego vrhunškega športnega dosežka (Lang, 2010).

plavalcev se začne pri povprečni starosti 8 let in 6 mesecev. Elitni plavalni klubi v vadbene programe sprejemajo otroke mlajše od 5 let, ki jih potem odslovijo, če se do 11. leta ne uvrstijo v skupino najboljših (Lang v Lang, 2010). Podobno je tudi v drsanju, kjer se trenerji pri svojem delu ravna po pravilu »mlajše je, boljše je« (Starkes, Deaking, Allard, Hodges in Hayes v Lang, 2010) - v formalnih programih tako trenirajo že 5-letni otroci (Grenfell in Rinehart v Lang, 2010), ki pa so kasneje odslovljeni, če do 8. leta ne začnejo s specializacijo, saj v kasnejših obdobjih naj ne bi imeli možnosti za uspeh (Starkes et al. v Lang, 2010). Uspehi vrhunskih drsalcev pa vse te trditve potrjujejo<sup>42</sup>.

Kljub možnosti dosega vrhunškega dosežka kot pozitivne posledice specializacije, pa so vse večje kritike prezgodnje specializacije in z njo povezano nehumano delo z mladimi športniki. Tako Virk (2015) v časopisnem članku problematizira profesionalni šport kot obrtno panogo, kjer morajo otroci zaradi obsedenosti »biti najboljši na svetu« začeti s specializacijo že zelo zgodaj, pri tem pa so deležni nehumanih oblik treninga (trajanje in urnik treninga, metode dela, neupoštevanje otrokovega razvoja ipd.). Sprašujemo se, ali je takšen naporen vsakodnevni trenažni režim primeren za mlade športnike in, ali pri tem morebiti ne gre za očitno zlorabo moči trenerja kot nadrejenega v odnosu do mladega športnika oziroma za novodobno obliko zlorabe otrok, ki je postala že tako splošno sprejeta kot del vrhunškega športa, da je nevidna? Za Svetovno zdravstveno organizacijo (v Lang, 2010) intenzivna specializacija v njeni skrajnosti pomeni otroško zlorabo, »saj lahko pride do dejanske ali potencialne škode za otrokovo zdravje, preživetje, razvoj ali dostojanstvo v kontekstu razmerja med odgovornostjo, zaupanjem in močjo« (str. 5). Otroci so ranljivejši kot odrasli in niso sposobni razumeti posledic intenzivnih treningov, zato bi moral vsak trenažni program spoštovati otrokovo biološko uro (Lang, 2010).

Ugotovitve iz tujine celo kažejo, da ni dokazane povezave med zgodnjo specializacijo in jamstvom za prihodnje športne dosežke (Lang, 2010). Rezultati nekaterih najuspešnejših olimpijcev kažejo, da je le 5 od 63 preučevanih športnikov začelo s specializacijo pred svojim 12. letom, kar pomeni, da je pri doseganju dolgoročnega uspeha najučinkovitejši multidisciplinarni pristop (Hemery v Lang, 2010), pridobljeni rezultati pa zanikajo trditev, da v vrhunskem športu uspejo le tisti z zgodnjo specializacijo. Multidisciplinarni pristop podpirata tudi Doupona Topič in Petrovič

---

<sup>42</sup> Sarah Hughes, ameriška olimpijska prvakinja v drsanju, se je elitnemu programu pridružila pri 3 letih (Olympic.org v Lang, 2010). Kitajka Shen Xue, večkratna dobitnica olimpijskih medalj, se je od svojega 6. leta dalje udeleževala treningov 2-krat dnevno, jutranji trening pa se ji je začel že ob 4. uri (Goodwin v Lang, 2010).

(2007), ki se ne strinjata s prezgodnjo specializacijo otrok v športu, saj se prevečkrat nekritično, nestrokovno in avtomatično prenašajo programi treningov in tekmovanj odraslih vrhunskih tekmovalcev na šport otrok. Menita, da takšen pristop že v osnovi ni strokoven in moralno upravičen. Duševno in telesno invalidni otroci pa so slika takšne »teorije« - kar je za ene dobro, je za druge pogubno. Prezgodnja izpostavljenost mladih športnikov preintenzivnim treningom povzroča različne nevarnosti in tveganja: fizične in psihične poškodbe, zavirano rast kosti, poznejši nastop menstrualnega cikla oziroma izpad le-tega pri dekletih, izčrpanost, povečano tveganje za poškodbe in izstop iz športa (Lang, 2010). Preveliko žrtvovanje in iztrošenost povzročita, da obstaja veliko športnikov, ki v svojih mladinskih kategorijah dosegajo odlične rezultate, potem pa v članskih kategorijah, ko bi morali rezultate še potrditi, dosegajo podpovprečne rezultate ali pa jih celo ni več v športu (Doupona Topič in Petrović, 2007).

K razmišljanju o nehumanem delu v športu mladostnikov pa lahko dodamo še kritiko, ki se nanaša na tekmovalni pritisk s strani odraslih in ki je otroški šport oropal njegovih igralnih in socializacijskih vrednot (Lang, 2010). Pri tem gre David (v Lang, 2010) celo tako daleč v svojih izjavah in trdi, da je sodobno organiziran šport okolje, v katerem so najuglednejši vidiki športa (vzgojno področje, športno vedenje, telesno in duševno počutje) resno ogroženi, in da trenerji pri svojem delu ne razmišljajo, kako lahko šport koristi otrokom, ampak kako lahko otroci koristijo športu. Mladi športniki so videni kot miniaturni odrasli - najprej kot športniki, šele nato kot otroci. Zato ne preseneča spoznanje, da so dolge ure treningov postale normaliziran del režima vrhunskega športa in da zato mladinski šport bolj spominja na svet odraslih kot otrokov svet igre, pri tem pa so mladi športniki izkoriščeni na načine, ki bi bili v drugih socialnih okoljih nesprejemljivi (Lang, 2010).

Ne nazadnje pa kritika leti tudi na starše, ki v svoji vnemi, da bi njihovi otroci v čim krajšem času dosegli čim boljše rezultate, povržejo otroke nehumanim oblikam treningov, ne glede na pravila stroke, zdravja in moralne vrednote. Ozka specializacija brez široke palete športnih znanj in vsestranske kondicijske priprave pomeni nasilje nad otrokovim razvojem, česar pa starši ne priznavajo. Med starši obstajajo tudi takšni, ki vodijo svojega otroka na treninge kljub bolezni ali poškodbi in tudi taki, ki so pripravljeni dati otrokom celo nedovoljena poživila (Doupona Topič in Petrović, 2007).

### **5.3.3 TELESNO KAZNOVANJE IN FIZIČNO OBRAČUNAVANJE**

Šport predstavlja okolje z močno hierarhično organiziranostjo; trener kot nadrejeni od podrejenih športnikov pričakuje brezpogojno ubogljivost in sodelovanje, ne

prenaša pa napak športnikov (nesodelovanje, zamujanje na trening, polovično delo ipd.) in jih v primeru napak telesno kaznuje. David (2008) uvršča telesno kaznovanje med najpogostejše oblike fizičnega nasilja v športu, ki ga trenerji uporabljajo za vzdrževanje discipline med športniki oziroma v primeru slabih rezultatov ali nezadovoljivega nastopa na treningu ali tekmovanju. Kerr (v Kavanagh, 2014) meni, da lahko tako kaznovanje (dodatni treningi, kondicijske metode treninga - npr. sklece, tek), ki ne vpliva na boljši nastop ali uspeh, ampak kvečjemu škodi zdravju in psihični podobi športnika, uvrstimo v sklop zlorab.

Športniki so na treningih deležni tudi drugih oblik fizičnega nasilja (npr. klofute, brce, boksanje, udarci z roko ali s predmetom, odrivanje, metanje predmetov v športnika), ki pa jih izvajajo tako trenerji kot tudi drugi športniki. Tudi v borilnih veščinah so znani primeri osebnih zamer ali nerešenih sporov med športniki ali med trenerjem in športnikom. V tem primeru trening predstavlja idealno okolje za razreševanje sporov, saj udeleženci spora pod pretvezo športne borbe fizično obračunajo med seboj. Pri tempa gre velikokrat za izživljanje telesno močnejših nad šibkejšimi, kar rezultira v fizičnih poškodbah šibkejših (modrice, krvavitve iz nosu).

#### **5.3.4 NASILJE MED TEKMOVALCI KOT POMANJKANJE FAIR PLAYA**

Že pri opredeljevanju športa smo omenili, da fair play predstavlja bistveno značilnost športa. V Kodeksu etike v športu je zapisano, da fair play ne pomeni le načina obnašanja (igranje v okviru pravil), ampak predstavlja način razmišljanja - vključuje načela prijateljstva, spoštovanje drugih in igranje v okviru pravega športnega duha. Vsebuje pa tudi izhodišča, ki odpravljajo goljufanje, uporabo trikov, poživil in nasilja, izkoriščanje neenakih možnosti, prekomerno komercializacijo in korupcijo (Ministrstvo za šolstvo in šport, 1999). Fair play tako spodbuja zdravo tekmovalnost in prijateljstvo med tekmovalci, spoštovanje napisanih in nenapisanih športnih pravil, samega sebe in drugih akterjev v športu (tekmeca, soigralce, trenerja), ter ne nazadnje omogoča vsem tekmovalcem enake možnosti za zmago.

Vendar pa moderni šport vse prevečkrat postavlja v ospredje tekmovalnost in zmago, kar vodi v spodkopavanje filozofije fair playa. Sodobni vrhunski šport je (že) postal novodobno gladiatorstvo oziroma vojna, saj večina športnikov na tekmovanje ne pride le sodelovati, ampak zmagati. Pri tem ni problematično, če tekmovalec premaga tekmeca s korektno športno borbo ob spoštovanju športnih pravil, v okviru katerih tekmečeve napake izkoristi v svoj prid. Problematična se nam zdi zmaga za



vsako ceno, ki povzroči, da se tekmovalno prizorišče spremeni v bojišče<sup>43</sup>, kjer prevladujejo nasilna dejanja (sovražna agresivnost) (Göral, 2008). Trenerji in gledalci pogostokrat celo spodbujajo nasilno igro tekmovalcev in žaljenje nasprotnika; tekmovalci igrajo na meji dovoljenega ali gredo preko pravil igre (fair playa), pri tem pa celo namerno poškodujejo tekmece<sup>44</sup> (David, 2008). Clarke (v David, 2008) celo pravi, da so igralci naučeni, da je nasilje sprejemljiva in uspešna metoda za doseg zmage. Ob vsem tem pa je pomembno, da sodniki korektno opravijo svoje delo; da so seznanjeni z aktualnimi tekmovalnimi pravili in kaznujejo tekmovalce za prekrške, zlasti za prekomerno uporabo moči, ter na ta način preprečijo poškodbe.

### 5.3.5 TIHO NASILJE

Glede na različne pojavne oblike nasilja, v športu niso najbolj zaskrbljujoče odkrite in surove oblike nasilja, ampak t. i. prikrito (tiho) nasilje. Petrović in Doupona (1996) med tiho nasilje uvrščata nenamerni doping, zaustavljanje menstrualnega ciklusa pri ženskah, nastopanje ali treniranje s poškodbo, Cerar in Hosta (v Novak, 2013) pa dodajata še pretreniranost, prezahtevnost, verbalno in fizično nasilje trenerjev in staršev ter medijsko in ekonomsko nasilje. V nadaljevanju podrobneje predstavljamo doping, diete in dehidracijo ter treniranje in tekmovanje kljub poškodbam.

#### a) DOPING

Športniki so si že od nekdaj prizadevali pridobiti prednost pred ostalimi tekmeči, zato so že od antične Grčije dalje, ko govorimo o začetku tekmovalnega športa, uporabljali snovi za izboljšanje njihovih sposobnosti (Vanoyeke v David, 2008). Tudi danes so za zmago pripravljene tvegati celo svoje zdravje: trenirajo več in dlje časa, hkrati se držijo posebnih prehranjevalnih režimov, tistim, ki pa ne uspe doseči zmage ali rezultata po naravni poti, pa si pomagajo z uporabo prepovedanih snovi - dopinga. Temu pritrjuje tudi kanadska sprinterka Angella Issajenko (Donnelly, 2008): »Športniki bodo storili vse, da bodo zmagali. Vedo, da obstaja naključno testiranje, kljub temu pa so še vedno pripravljene tvegati« (str. 20).

Čeprav obstaja več različnih definicij dopinga, pa je vsem skupno to, da gre pri dopingu za uporabo določenih farmakoloških snovi in prepovedanih postopkov, ki

---

<sup>43</sup> Tekmovanje postane prava simulacija vojne, kar potrjuje tudi uporaba vojaškega jezika: zmaga, poraz, napad, obramba, streljati, odpor (Petrović in Doupona, 1996), nasprotnik, protinapad, strategija napadanja ipd. (Živanović in Randelović, 2011).

<sup>44</sup> V kontekstu fair playa pomeni nasilje v športu fizični napad tekmovalca na tekmeča, trenerja, sodnika ipd. z namenom povzročiti fizično poškodbo ali bolečino, pri tem pa nasilna dejanja nimajo direktne povezave s pravili in cilji športa (Mowen et al. v Göral, 2008).

pomagajo športnikom pridobiti določeno prednost pred sotekmovalci tako, da jim povečajo sposobnosti za doseganje boljših rezultatov (Osredkar, 2003). Hosta (2007) razume doping kot kršitev pravil igre; z uporabo dopinga se ne tekmuje več v skladu z dogovorjenimi standardi enakih možnosti in ob priznavanju istih pravil igre. Hkrati pa uporaba dopinga predstavlja resno tveganje športnikovemu zdravju, saj so znani številni smrtni primeri, druge resne zdravstvene komplikacije ter stranski učinki.

Poleg namernega dopinga, kjer športnik zavestno uporablja prepovedane snovi in postopke z namenom izboljšanja telesnih sposobnosti, se pojavlja tudi nenamerni doping, kjer pa gre za nenamerno kršitev protidopinških pravil in je pogosta posledica strokovne napake, neznanja ali malomarnosti. V teh primerih se v bioloških vzorcih športnika na dopinški kontroli odkrije prisotnost prepovedane snovi, čeprav je športnik ni jemal zavestno. Pogostokrat do tega pride zaradi zaužitja prepovedane učinkovine v hrani, prehranskem dopolnilu, pijači, pri pasivni inhalaciji iz okolja ali kot posledica zdravljenja z zdravilnimi učinkovinami, ki so na Listi prepovedanih snovi in postopkov [»LPSP«], brez predhodne ureditve terapevtske izjeme pri protidopinški organizaciji (Žiberna, 2014). Petrović in Doupona (1996) opozarjata, da je spisek prepovedanih snovi že tako obsežen, da prihaja do pravega absurda; športnik enostavno ne sme biti poškodovan ali bolan, saj se v vsakem zdravilu najdejo substance, uvrščene na »LPSP«<sup>45</sup>. Hkrati pa mora biti pozoren, da nezavedno ne zaužije prepovedanih snovi s hrano in pijačo, ki jih morebiti dodajo tretje osebe<sup>46</sup> (npr. trener, ostali športniki, fizioterapevt, zdravnik, navijači) ali z uporabo prehranskih dopolnil, ki med športniki postajajo vse bolj razširjena (Žiberna, 2014). Športnik je po načelu striktnosti odgovornosti sam odgovoren za zaužite snovi, ki pridejo v njegovo telo, ne glede na to, ali jih je jemal namerno ali nenamerno (Žiberna, 2014). Tudi sankcije so enake kot za športnike, ki so zavestno jemali prepovedane snovi: takojšnja izključitev in prepoved nastopanja na tekmovanjih, ne priznajo se rezultati ali rekordi, odvzamejo se osvojene medalje in nagrade, pogosto pa je tudi plačilo denarne kazni. Pomembno je tudi to, da se po enakih ali celo

---

<sup>45</sup> »LPSP« razvršča prepovedane snovi v naslednje razrede: anabolni agensi, peptidni hormoni, rastni dejavniki,  $\beta$ 2-agonisti, antagonisti hormonov, diuretiki, stimulansi, narkotiki, kanabinoidi in glukokortikostereoidi. Prepovedani pa so tudi postopki kemijskih in fizičnih manipulacij ter krvni in genski doping (Žiberna, 2014).

<sup>46</sup> Žiberna (2014) podaja primer nezavednega jemanja dopinga: Nadzeyi Ostapchuk, ki je na Olimpijskih igrah leta 2012 osvojila zlato medaljo v metu krogle, so na doping kontroli odkrili prepovedano snov v telesu. Športnica je zanikala jemanje le-te, njen trener pa je priznal, da ji je zaradi slabih rezultatov v pripravljalnem obdobju dodajal prepovedano snov v kavo.

strožjih predpisih kaznujejo tudi trenerji, zdravniki in ostali športni delavci, ki sodelujejo s športnikom ali so vpleteni v doping (Osredkar, 2003), čeprav največjo kazen nosi ravno športnik sam. Pri sankcioniranju športnikov je zanimivo, da so tudi mladoletni športniki obravnavani in sankcionirani enako kot odrasli, čeprav bi jih bilo po mnenju Davida (2008) zaradi nepopolne odgovornosti bolj smiselno obravnavati kot žrtve, saj mladoletniki prepovedane snovi prvenstveno vedno dobijo od odraslih. Doping danes predstavlja najhujši in najbolj sporen problem v športu, ki se ga obsoja povsod po svetu. Osredkar (2003) nazorno prikazuje problem dopinga, saj pravi, da je »doping za šport isto kot kriminal za družbo: nikoli ne boste imeli družbe brez kriminala« (str. 395). Tudi v prihodnosti bo doping vedno obstajal; boja proti dopingiu se ne bo dobilo, zato ga je treba zmanjšati na najmanjšo raven. Boj proti dopingiu se izvaja že okoli 100 let, kljub temu pa ni mogoče opaziti vidnejših rezultatov, saj se vedno pojavljajo nove snovi in postopki. Čeprav je ukrepov proti dopingiu (kazni) vedno več in so vedno hujši, pa še vedno narašča njegova, predvsem nenamerna, uporaba. Še zlasti pri nenamernem dopingiu je pomembno sodelovanje med športniki in ustrezno usposobljenimi strokovnimi delavci (športnimi zdravniki, dietetiki idr.), ki naj pred zaužitjem zdravila, določene hrane ali prehranskega dopolnila preverijo tveganje. Ključno pa je redno izobraževanje vseh akterjev v vrhunskem športu, za kar so zadolžene nacionalne protidopinške organizacije (Žiberna, 2014).

## **b) HUJŠANJE IN DEHIDRACIJA**

Med tiho nasilje uvrščamo tudi posebne prehranjevalne režime (diete) in dehidracijo pred tekmovanji ali med treningi. Polenšek (2008) pravi, da se mnogi športniki zaradi trenerjevega pritiska poslužujejo različnih diet, saj na ta način dosežejo boljše rezultate in boljše počutje. V večini primerov športniki shujšajo na varen način in brez zdravstvenih posledic, problem pa se pojavi, ko hujšanje uide nadzoru in postane celo škodljivo za njihovo zdravje. Športniki, ki podležejo nenadzorovanemu hujšanju in hkratni pretirani telesni vadbi, imajo precej večje možnosti za razvoj motenj prehranjevanja, ki vodijo v motnje hranjenja (npr. anoreksijo, bulimijo). Prisotnost le-teh je večja pri športnicah, opazen pa je velik porast tudi pri športnikih. Willmore (v Polenšek, 2008) vidi glavni vzrok pojava motenj hranjenja v postavi in zgradbi športnikovega telesa, saj imata pomembno vlogo pri doseganju dobrega rezultata. Večina športnikov vsaj enkrat v karieri postane obremenjena s svojim videzom in telesno težo, saj se povezujeta s športnim nastopom, estetsko komponento in tekmovalnimi kategorijami. Polenšek (2008) ugotavlja, da se motnje hranjenja pojavljajo predvsem v športih, kjer je zahtevana vitkost (npr. umetnostno drsanje, gimnastika, ples, plavanje, smučarski skoki), Anred (v Polenšek, 2008) pa

omenja tudi rokoborbo in borilne veščine. Na podlagi lastnih tekmovalnih izkušenj v borilnih veščinah vemo, da mnogi športniki zaradi trenerjevih nenehnih pritiskov ali prevelike konkurence v športnikovi trenutni težinski kategoriji iščejo nižje, redkokdaj višje, proste kategorije. Športniki zato trenirajo z normalno telesno težo, tekmujejo pa v nižji težinski kategoriji, pri čemer pred tekmovanji uporabljajo različne hitre metode za izgubo telesne teže, kot so stradanje, uporaba diuretikov in odvajal, obiski savn, vroče kopeli s sodo bikarbono in soljo ali zmanjšana količina vnesene tekočine v telo. Vendar pa lahko na dolgi rok takšne metode hujšanja resno ogrozijo športnikovo zdravje in so tudi smrtno nevarne. Beals (v Polenšek, 2008) med učinke škodljivih metod hujšanja šteje hitro izgubo telesne teže, zmanjšano športno učinkovitost in slabši rezultat, zvišan srčni utrip, nezmožnost koncentracije, kronično utrujenost, nemirnost, elektrolitsko neravnovesje v telesu, dehidracijo, slabšo odpornost, bolečine v mišicah, povečano število poškodb in tveganje zanje, reprodukcijske motnje.

Menimo, da lahko med nasilje uvrščamo tudi dehidracijo v času treningov. Večkrat se zgodi, da trenerji med treningom pozabijo na čas, ki je pretekel od zadnjega odmora za hidracijo, posledično pa športniki premalo pijejo oziroma ob naslednjem odmoru spijejo več tekočine kot je priporočljivo. Kreider et al. (2010) opozarjajo, da je treba posebno pozornost nameniti hidraciji športnikov, saj se le tako ohranja nemoteno delovanje organizma<sup>47</sup>. Za preprečevanje dehidracije športnikov je nujno zaužiti zadostne količine športnih napitkov pred, med in po treningu, sam vnos tekočin pa je odvisen od temperature in vlažnosti prostora, intenzivnosti in trajanja treninga ter potenja. Športniki morajo v času intenzivnih priprav, ko imajo treninge tudi večkrat dnevno, vso izgubljeno tekočino nadomestiti pred začetkom naslednjega treninga.

### **c) TEKMOVANJE IN TRENIRANJE S POŠKODBO, TVEGANJE ZA POŠKODBE**

Hosta (2007) v povezavi z vrhunskim športom govori o etiki maksimuma oziroma etiki nemogočega, saj gre za etiko, imuno na princip ugodja in zmernosti. Tako etika maksimuma zahteva od smrtnega bitja (vrhunškega športnika), da deluje kot nesmrtno (Šumič-Riha v Hosta, 2007). Želja športnikov po prestižu, zmagi ali rekordih, strah pred izpadom iz ekipe ter pritiski sotekmovalcev in trenerjev na športnika so povzročili, da je današnji trenažni proces v vrhunskem športu zasnovan tako, da športniki dosegajo in celo presegajo svoje telesne omejitve, kar lahko vodi

---

<sup>47</sup> Že 2 % izguba telesne teže s potenjem zmanjša telesno zmogljivost športnika in poveča dovzetnost za poškodbe, več kot 4 % izguba teže pa vodi v vročinske bolezni (npr. krč, izčrpanost, pregretje, koma) in celo smrt (Maughan in Noakes v Kreider et al., 2010).

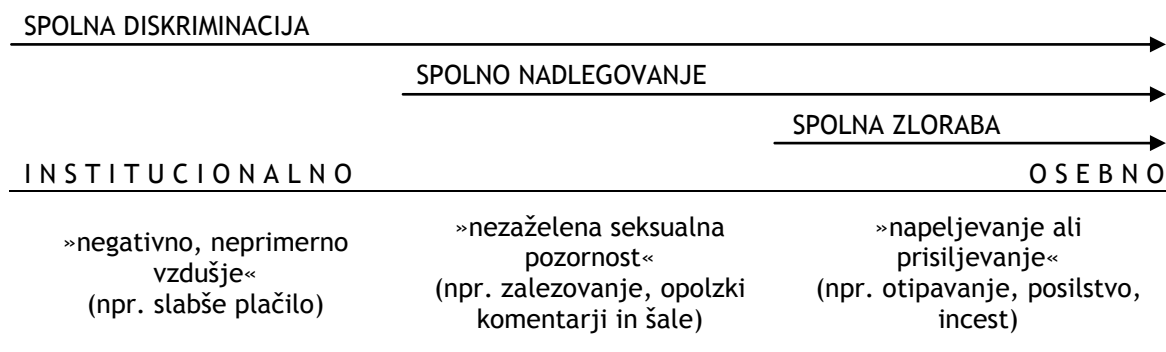
do številnih poškodb s trajnimi posledicami. Ob tem fiziologi ugotavljajo, da se naponi vrhunskih športnikov začenjajo tam, kjer se po normah medicine dela konča težko fizično delo. Športniki, ki stopajo po poti vrhunškega športa, se morajo zavedati, da se podajajo na izjemno trdo in stresno pot, ki bo od njih terjala talent ter veliko umskih in telesnih naporov (Tušak in Bednarik, 2002). Howe (v Hosta, 2007) tako govori o bolečini, poškodbah in tveganju, ki jih športnik izkuša v jeziku sprejemljivega športnega etosa. Obvladovanje bolečine in poškodb poteka ob pomoči športne in medicinske znanosti. Dejstvo pa je, da je treba percepcijo bolečine zaznavati specifično glede na posameznika. Pa vendar, vrhunski športnik že v osnovi sprejme tveganje za podvrženost bolečini in poškodbam, njegovo telo se z vsakim treningom vse bolj navaja bolečine in poškodb oziroma jih poskuša ignorirati (jih racionalizira, minimalizira in normalizira), kar pa v praksi vodi do dvigovanja športnikovega bolečinskega praga oziroma gre za premikanje meja telesnega.

Bolečine in poškodbe predstavljajo športnikom ovire pri njihovem športnem udejstvovanju, zaradi katerih izpustijo le del sezone, lahko pa so tako hude, da zahtevajo končanje športne kariere. Pri poškodbah je treba najprej upoštevati športnikovo zdravje in zato odpovedati nastop poškodovanega športnika ter zagotoviti primerno zdravniško oskrbo in popolno okrevanje po poškodbi. Vendar pa treniranje ali tekmovanje z bolečinami in poškodbami ter njihovo ignoriranje predstavlja športnikom sestavni del športnega udejstvovanja. V ozadju na športnika potekajo veliki pritiski, ki povzročijo njegovo prehitro vrnitev na treninge in tekmovanja navkljub neozdravljeni bolezni ali poškodbi. V mnogih športih je povsem sprejemljivo vsiljevanje treningov in tekmovanj poškodovanim športnikom, pri tem pa si za lažje premagovanje bolečine že kar rutinsko pomagajo z jemanjem močnih protibolečinskih tablet (Marjoribanks in Farquharson, 2012), ki, ironično, vsebujejo prepovedane snovi in pomenijo doping. Večina športnikov se ob takšnem početu žal ne zaveda, da bodo morali s poškodbami in bolečinami živeti še preostanek svojega življenja (Doupona Topič in Petrović, 2007).

#### **5.4 SPOLNO NASILJE**

Pomanjkanje enotne definicije spolnega nasilja je privedlo do uporabe različnih izrazov (spolno izkoriščanje, spolna zloraba, spolno nadlegovanje ipd.). Vsem izrazom je skupno to, da gre za širok spekter dejanj s spolno naravo, na katera podrejena oseba ne pristane prostovoljno in pri katerih se krši njena spolna nedotakljivost. Brackenridge (v Brackenridge, Bishopp, Moussali in Tapp, 2008) pojasnjuje, da spolno nadlegovanje in spolna zloraba predstavljata stopnji na kontinuumu spolnega

izkoriščanja (slika 2), saj vključujeta diskriminacijo in zlorabo moči. Po tem modelu je spolno izkoriščanje krovni izraz za kontinuum dejanj, ki zajema ravnanja od institucionalne spolne diskriminacije pa vse do osebnih napadov na posameznika. Spolno nadlegovanje tako obsega nezaželeno seksualno pozornost kot tudi novačenje oziroma prisiljena dejanja, medtem ko se spolna zloraba večinoma nanaša le na novačenje ali prisiljena ravnanja (Bringer, Brackenridge in Johnston, 2001). Brackenridge (v Bringer et al., 2001) trdi, da ima spolna diskriminacija, ki zajema vertikalno in horizontalno poklicno segregacijo, pomanjkanje mentorstva in svetovanja v organizaciji, pomanjkanje politik proti spolnemu nadlegovanju, različen sistem nagrajevanja in napredovanja med spoloma ipd., sposobnost spreminjanja delovnega okolja in ustvarja občutke nelagodja. Med nezaželeno vedenja, ki se smatrajo kot spolno nadlegovanje pa se uvrščajo pisne ali verbalne grožnje, pripovedovanje opolzkih komentarjev ali šal s spolno vsebino, predlogi ali vabila za druženje zunaj organizacije, prikazovanje slikovnega materiala s spolno vsebino, nezaželeno dotikanje, ljubkovanje ali poljubljanje, zalezovanje, poniževanje osebe zaradi njenega izgleda, obleke ali spolnega življenja. Kot spolna zloraba pa so označena dejanja, povezana s spolnostjo in na katere oseba ne pristane prostovoljno: otipavanje, zahteva po spolnih uslugah v zameno za neko ugodnost, neprimerno telesno razkazovanje, prisilni spolni odnos, spolni napad, incest ipd.



**Slika 2: Kontinuum spolnega izkoriščanja (Brackenridge v Brackenridge et al., 2008)**

V primerjavi z ostalimi oblikami nasilja v športu je problematiki spolnega nasilja namenjene več pozornosti medijev in strokovne javnosti (Kavanagh, 2014). Čeprav se je v zadnjih 25 letih povečalo število kvantitativnih in kvalitativnih raziskav o spolnih zlorabah v športu, pa se pridobljeni rezultati precej razlikujejo med sabo<sup>48</sup>, zato še

<sup>48</sup> Vzroke za različne rezultate najdemo v praktičnih razlogih (nizki stopnji odzivnosti udeležencev, različni interpretaciji spolnega nasilja, različnih modelih raziskovanja, raziskave se izvajajo na aktivnih oziroma športnikih, ki so zaključili športno kariero), ne smemo pa zanemariti niti etičnega vidika raziskovanja problema, ki zadeva zaupnost in dobro počutje

vedno ni jasno, kolikšna je dejanska izpostavljenost športnikov tovrstni obliki zlorab (Brackenridge v David, 2008). Kljub temu pa so rezultati študij zaskrbljujoči, saj kažejo, da je med 1 in 10 % mladih športnikov že doživelo katero od oblik spolne zlorabe (David, 2008) oziroma naj bi razširjenost spolnega nasilja med odraslimi športniki znašala med 2 in 22 % (Brackenridge et al., 2008). Ob tem ugotovitve kanadske študije, ki sta jo izvedla Kirby in Greaves (v Brackenridge et al., 2008) kažejo, da je imelo 22 % športnikov spolne odnose z avtoriteto (npr. trener, športni funkcionar), 9 % pa jih je bilo posiljenih. Tudi razširjenost intimnih razmerij med trenerji in športniki kaže na očitno sprejemljivost takšnih razmerij. Izsledki danske študije kažejo, da kar dve tretjini od 172 trenerjev ocenjuje intimita razmerja s polnoletnimi športniki kot sprejemljiva, 41 trenerjev pa je priznalo takšna razmerja (Toftegaard Nielsen v Bringer et al., 2001). Fasting, Brackenridge in Sundgot-Borgen (v Brackenridge et al., 2008) nadalje ugotavljajo, da spolno nadlegovanje v vrhunskem športu ni povezano z vrsto športa, prevladujočo spolno strukturo v športu oziroma s pokritostjo telesa z oblačili in oprijetostjo le-teh. Leahy, Prettyin Tenenbaum (v Bringer et al., 2001) pa so ugotovili, da so vrhunski športniki izpostavljeni večjemu tveganju za spolno zlorabljanje kot rekreativni športniki. Spolni zlorabi so bolj izpostavljeni tudi mladostniki tik pred puberteto, z nizko samopodobo, s slabimi družinskimi odnosi in ki dojemajo trenerja kot vzornika in očetovsko figuro (Brackenridge v Brackenridge et al., 2008). Večina študij kaže, da so povzročitelji zlorab večinoma trenerji, vendar pa so lahko storilke tudi ženske (trenerke) in druge osebe z avtoriteto (zdravniki, fizioterapevti, funkcionarji ipd.), sotekmovalci v ekipi, tekmovalci nasprotne ekipe (Bringer et al., 2001).

Sama narava športa ter odnosa med trenerjem in športnikom prispevata k temu, da so spolno nadlegovanje in zlorabe v športu še bolj problematične (David, 2008). Trener naj bi športniku predstavljal oporo, nudil pomoč in vodenje v profesionalnem športu (Petrović in Doupona, 1996). Šport kot fizična aktivnost zahteva preoblačenje in pogost fizičen dotik (dajanje navodil, popravljanje napačno izvedenih tehnik), ki pa je v večini primerov upravičen, lahko pa se ga hitro in enostavno zlorabi. Poleg tega pa se preko športa prenašajo določene tradicionalne vrednote kot je npr. paternalizem, ki ne spodbuja enakopravnosti športnih akterjev, ampak favorizira

---

udeležencev raziskave; udeleženci raziskave skozi proces opisovanja zlorabe le-to podoživljajo, čemur pa se večina želi izogniti (Bringer et al., 2001), zato o zlorabah raje molčijo. David (2008) pa razloge za molk vidi v strahu žrtv (pred razkritjem zlorab, pred uničenjem športne kariere) in v nezmožnosti športnega sistema za spopadanje z zlorabami, ki bi žrtvam zagotovile zaupen in pošten postopek.

hierarhijo, poslušnost in odvisnost (David, 2008). Po logiki hierarhije trener kot nadrejeni vedno ve, kaj je najboljši za športnika, športnik pa mu zaradi ubogljivosti in strahu pred onemogočanjem nadaljnje športne kariere ne ugovarja. Večina športnikov si želi razviti ali izboljšati svoje sposobnosti, v ozadju športnikov pa so tudi ambiciozni starši, ki si želijo otrokovega uspeha. To postavlja trenerja v nadrejeni položaj; trenerji imajo moč in oblast nad športniki in starši, ki bi naredili karkoli, samo da bi bili izbrani v ekipo najboljših (Brackenridge v Brackenridge et al., 2008). Avtoriteta tako dovoljuje trenerjem, da se vmešavajo v športnikovo osebno življenje (nadzorujejo prehrano, družbeno in spolno življenje) z izgovorom, da to spada v uspešno treniranje (Bringer et al., 2001), vendar pa pri tem prekoračijo mejo, ki je postavljena med njimi in športniki. Brackenridge (v Brackenridge et al., 2008) o tem govori kot o procesu zlorabljanja<sup>49</sup>: trenerji prodirajo v športnikovo osebno sfero tako, da najprej vzpostavijo medsebojno zaupanje s športnikom in njegovimi starši, potem pa počasi premikajo meje sprejemljivega vedenja. Za ta proces so značilni kršenja športnikovega osebnega prostora, besedno vsiljevanje, čustveno izsiljevanje in celo fizični kontakt. Če športnik zavrne trenerjeve zahteve, je velikokrat prisiljen zapustiti športa oziroma ga trener omalovažuje, v večini primerov pa športnik pristane na takšen odnos, kjer se potem velikokrat ujame v začaran krog podrejanja trenerju. Športnikova želja po uspehu in njegov strah pred okolico in neuvrstitvijo v ekipo, trenerjeva avtoriteta in z njo povezan nadrejeni položaj, spoštovanje ter ugled trenerja v očeh ostalih športnikov, trenerjev in staršev namreč predstavljajo glavne dejavnike, da zlorabljeni športniki ne prijavijo zlorab, saj večina meni, da jim ne bo nihče verjel (Bringer et al., 2001).

---

<sup>49</sup> Brackenridge in Kirby (v Brackenridge et al., 2008) opredeljujeta 6-stopenjski proces novačenja potencialnih žrtev spolnih zlorab (angl. grooming) v športu: prežanje na potencialno žrtev, sklepanje prijateljstva in izgradnja medsebojnega zaupanja, razvijanje izolacije in nadzora nad športnikom, izgradnja športnikove lojalnosti, začetek spolne zlorabe in zagotavljanje molčečnosti. Proces novačenja se pogosto začne relativno nedolžno - npr. trener ponudi športniku dodatno uro treninga, prevoz domov ali kakšen poseben privilegij. Hkrati pa trener izolira športnika od njegovih sotekmovalcev, prijateljev ali družine. Nedolžna vedenja se lahko hitro spremenijo v nejasna in dvoumna, ki se zlahka pojasnijo kot »zdrs roke« med trenerjevim dajanjem navodil ali prikazovanjem vaje ali kot »nagrada športniku« za uspešno delo. Športnikova zvestoba trenerju in predanost športu omogočata trenerju, da si ubogljivost in sodelovanje športnika namesto z uporabo fizične sile zagotovi z grožnjami o izločitvi iz ekipe, z ukinitvijo privilegijev, z vzbujanjem občutka krivde športniku glede vložene časa v njegov razvoj (Bringer et al., 2001).



## **6 OPIS UPORABLJENE METODE, INSTRUMENTARIJA IN VZORCA**

### **6.1 METODA IN OMEJITVE RAZISKAVE**

V prvem delu naloge smo s pomočjo pregleda domače in tuje literature predstavili teoretične poglede na šport in problematiko nasilja nasploh, posebno pozornost pa smo namenili oblikam nasilja v športu. Pri tem smo teoretične ugotovitve nekaterih avtorjev dopolnili tudi z empiričnimi ugotovitvami dostopnih raziskav. V empiričnem delu naloge pa smo analizirali dejanski obseg doživljanja nasilja med vrhunskimi športniki v Sloveniji, pri čemer smo se osredotočili na borilno veščino taekwon-do. Raziskavo smo izvedli s pomočjo kvantitativne raziskovalne metode zbiranja podatkov - anketiranja. V ta namen smo oblikovali vprašalnik v pisni obliki in ga razdelili med tekmovalce - reprezentante, ki so nastopili na evropskem prvenstvu leta 2015, saj leti poznajo obravnavano problematiko. Tekmovalci so bili teden dni pred izpolnjevanjem obveščeni o nameri izpolnjevanja vprašalnika, pri tem pa smo od staršev mladoletnih tekmovalcev pridobili soglasje za sodelovanje njihovih otrok v anketiranju. Anketirani so bili obveščeni, da je sodelovanje v anketiranju anonimno in prostovoljno, pridobljeni rezultati pa se bodo uporabili izključno za izdelavo magistrske naloge. Samo anketiranje je potekalo po koncu evropskega prvenstva 2015 (maj 2015) tako, da smo med tekmovalce razdelili 35 vprašalnikov, od katerih je bilo vrnjenih 27 vprašalnikov (77 %), ki smo jih vključili v nadaljnjo statistično analizo.

Pri zbiranju podatkov in njihovi kasnejši obdelavi smo se srečali tudi z nekaterimi etičnimi pomisleki in omejitvami. Ob raziskovanju problema se nam je pojavil etičen pomislek o dobrem počutju udeležencev raziskave. Spraševanje po že doživetem nasilju lahko pri nekaterih udeležencih povzroči podoživljanje negativnih občutkov, zato o tem raje molčijo, saj se želijo izogniti tem občutkom. Tudi strah udeležencev pred uničenjem njihove športne kariere vpliva na njihove odgovore. Vse to vodi v neodzivnost oziroma nepripravljenost sodelujočih za izpolnjevanje anketnega vprašalnika, saj smo, kot smo že omenili, dobili vrnjenih skupno 27 vprašalnikov. Omejitvi sta predstavljali tudi nezadostno poznavanje problematike nasilja v športu in s tem nezanesljivo poročanje o dejanskem doživljanju športnega nasilja.

### **6.2 VPRAŠALNIK**

Anketni vprašalnik je bil sestavljen iz štirih delov (priloga 1). Pri vprašanjih, ki se nanašajo na trenerjevo vedenje, smo spraševali posebej za trenerja v matičnem klubu in posebej za trenerja reprezentance.

V prvem delu smo anketirance spraševali po določenih značilnostih trenerja, ki se tičejo njegovega načina dela, prav tako pa nas je zanimalo trenerjevo obnašanje po tekmovalstvu v primeru športnikovega poraza. Preverjali smo tudi kako nesramno in žaljivo vedenje trenerja vpliva na športnikov nastop na tekmovalstvu. Pri odgovarjanju so tekmovalci uporabljali Likertovo lestvico od 1 do 5, pri čemer je 1 - sploh ni značilno za trenerja oziroma se sploh ne strinjam in 5 - je zelo značilno za trenerja oziroma se močno strinjam. V drugem delu smo preučevali splošna stališča anketirancev glede vrednotenja športa in uspehov v športu ter doživetja nasilja v športu. Pri tem je bila prav tako uporabljena lestvica od 1 (se sploh ne strinjam) do 5 (se močno strinjam). Tretji del vprašalnika je zajemal problematiko doživljanja različnih oblik nasilja s strani trenerja in ostalih udeležencev v športu, zato smo za merjenje pogostosti doživljanja uporabili naslednjo lestvico: 1 - nikoli, 2 - redko, 3 - občasno, 4 - pogosto, 5 - zelo pogosto. Zadnji sklop vprašalnika pa je zajemal demografske podatke anketirancev, pri čemer so nas zanimali predvsem starost tekmovalcev, njihov tedenski obseg treningov in tekmovalno udeleževanje.

### **6.3 VZOREC**

Preden si ogledamo same značilnosti vzorca, vključenega v našo raziskavo, moramo poudariti, da smo v vzorec zajeli vrhunske športnike, ki so člani reprezentance. Gre torej za tekmovalce, ki tekmujejo na državnih in mednarodnih prvenstvih višjega ranga (evropska in svetovna prvenstva) oziroma trenirajo za to, da bi dosegli odmeven rezultat na teh prvenstvih. Naša izbira vzorca temelji predvsem na praktični predpostavki, po kateri so ravno najboljši športniki zaradi želje po zmagi ali odmevnem rezultatu izpostavljeni največjim pritiskom različnih akterjev (trenerja, športnika samega, staršev itd.). Ravno zaradi želje po uspehu mnogi trenerji na svojih varovancih uporabljajo številne, celo včasih dvomljive, metode treninga, ki naj bi izboljšale tekmovalno pripravljenost športnikov.

Tabela 3 prikazuje, da je bilo v raziskavo o doživljanju nasilja v vrhunskem športu: primer taekwon-do zajetih skupno 27 anketirancev - športnikov (N = 27; 74,1 % moških in 25,9 % žensk), ki so na evropskem prvenstvu 2015 nastopili kot člani slovenske reprezentance. Reprezentanco sestavljajo tekmovalci najrazličnejših starosti, ki so, kot smo spoznali že v poglavju o taekwon-doju, porazdeljeni v določene (predpisane) starostne kategorije. Glede na starost in z njo sovpadajočo starostno kategorijo največ tekmovalcev tekmuje v kategoriji mladincev in mladink (14 do 17 let) (skupno 44,4 %), ki so zaradi enakopravnih možnosti za doseg zmage na tekmovalstvu nadalje razdeljeni v dve starostni kategoriji: na mlajše

(25,9 %) ter starejše mladince in mladinke (18,5 %). Precej visoka zastopanost tekmovalcev je tudi v starostni kategoriji dečkov in deklic (do 13 let), kjer tekmuje 29,6 % vseh tekmovalcev. Nasprotno pa manj tekmovalcev tekmuje v višjih starostnih kategorijah - med člani in članicami (18 do 39 let) tekmuje 14,8 % vprašanih, najmanj (11,1 %) pa med veterani (nad 40 let). Vzrok temu lahko pripišemo različnim, a vseeno zelo pomembnim dejavnikom; največkrat so to težko usklajevanje službenih in družinskih obveznosti (še posebej materinstvo pri ženskah), tekmovalna nekonkurenčnost v primerjavi z mlajšimi tekmovalci, posledice poškodb ter športno udejstvovanje v rekreacijskem smislu.

**Tabela 3: Demografske značilnosti anketiranih tekmovalcev**

Demografske značilnosti	N=27	N	%
Spol	Moški	20	74,1
	Ženski	7	25,9
Starost tekmovalcev	Do 13 let	8	29,6
	14 do 17 let	12	44,4
	18 do 39 let	4	14,8
	Nad 40 let	3	11,1
Starostna kategorija tekmovalcev	Dečki in deklice (do 13let)	8	29,6
	Mlajši mladinci in mladinke (14 do 15 let)	7	25,9
	Starejši mladinci in mladinke (16 do 17 let)	5	18,5
	Člani in članice (18 do 39 let)	4	14,8
	Veterani in veteranke (nad 40 let)	3	11,1
Tedensko število ur treningov v klubu	Do 7 ur	7	25,9
	8 do 11 ur	17	63,0
	12 ur ali več	3	11,1
Starost ob začetku treniranja	do 5 let	3	11,1
	6 do 10 let	18	66,7
	11 let ali več	6	22,2
Aktivno tekmovanje v klubu	0 do 4 leta	8	29,6
	5 do 9 let	14	51,9
	10 let in več	5	18,5
Članstvo v reprezentanci	0 do 4 leta	22	81,5
	5 do 9 let	4	14,8
	10 let in več	1	3,7

Anketirance smo povprašali tudi po nekaterih značilnostih, ki se nanašajo na njihov tedenski obseg treninga in tekmovalno udejstvovanje. Skupno kar 88,9 % tekmovalcev nameni do 11 ur tedensko za treninge v matičnem klubu (25,9 % vprašanih tedensko porabi 7 ur ali manj za treninge, 63 % pa 8 do 11 ur tedensko). Ugotovili smo tudi, da

je 66,7 % reprezentantov začelo trenirati borilno večino med njihovim 6. in 10. letom starosti. Po dopolnjenem 11. letu starosti se je za treninge odločila dobra petina (22,2 %) anketiranih.

Zanimive so tudi ugotovitve o trajanju tekmovalnega udejstvovanja v matičnem klubu in v reprezentanci. Pred vstopom v reprezentanco morajo tekmovalci izpolniti predpisane pogoje: osvojiti morajo določene izkušnje in primerno stopnjo znanja, največ pa k temu prispevajo dobri tekmovalni rezultati, za kar so potrebna leta treningov in tekmovanj. Polovica reprezentantov (51,9 %) ima tako za seboj med 5 in 9 let tekmovalne kariere, nekaj manj kot tretjina reprezentantov (29,6 %) pa se tekmovalno udejstvuje manj kot 4 leta. Nezanemarljiv je tudi podatek, da kar 18,5 % tekmovalcev tekmuje 10 ali več let. Ugotavljamo tudi, da je reprezentanca v tekmovalnem smislu dokaj pomlajena, saj kar 81,5 % reprezentantov nastopa kot člani reprezentance 4 leta ali manj, preostalih 18,5 % tekmovalcev pa deluje v reprezentanci več kot 5 let (tabela 3).

V spodnji tabeli (tabela 4) pa so prikazani še dosedanji uspehi slovenskih reprezentantov, ki so bili doseženi do zaključka evropskega prvenstva 2015. Naj ponovimo, da tekmovalna pravila omogočajo, da lahko vsak tekmovalec postane večkratni prvak na posameznem prvenstvu: posamezni tekmovalec lahko nastopi v večih, različnih tekmovalnih disciplinah (individualni in ekipni nastopi v formah, borbah, specialni tehniki, testu moči ter ekipni nastop v samoobrambi). Opažamo, da tekmovalci dosegajo največji uspeh na državnih prvenstvih tako po številu tekmovalcev z osvojenim mestom kot tudi s skupnim številom osvojenih mest, iz česar lahko sklepamo, da na večjih in pomembnejših prvenstvih nastopajo res najboljši tekmovalci iz države. Vendar pa ugotavljamo, da se najboljši rezultati (osvojeno 1.–3. mesto) s prvenstva zmanjšujejo s pomembnostjo le-tega, kar pripisujemo dejstvu, da se zaradi upoštevanja tekmovalnih pravil, ki omejujejo nastop v individualnih disciplinah le na dva ali tri tekmovalce iz države, izvaja selekcija med najboljšimi tekmovalci. V praksi to pomeni, da ima lahko država na razpolago pet vrhunskih tekmovalcev v določeni individualni disciplini, prijavi pa lahko največ dva oziroma tri tekmovalce.

**Tabela 4: Uspehi reprezentantov glede na vrsto tekmovanja**

Vrsta tekmovanja	Dosežek	Število tekmovalcev z osvojenim mestom	Skupno število osvojenih mest
Državno prvenstvo	1. mesto	25	91
	2. mesto	11	19
	3. mesto	10	22

Vrsta tekmovanja	Dosežek	Število tekmovalcev z osvojenim mestom	Skupno število osvojenih mest
	5. - 8. mesto	1	3
	9. - 16. mesto	0	0
Evropsko prvenstvo	1. mesto	8	25
	2. mesto	12	16
	3. mesto	15	33
	5. - 8. mesto	5	5
	9. - 16. mesto	1	1
Svetovno prvenstvo	1. mesto	4	8
	2. mesto	2	2
	3. mesto	4	8
	5. - 8. mesto	0	0
	9. - 16. mesto	0	0

## 6.4 HIPOTEZE

Na podlagi namena in ciljev smo si postavili naslednje hipoteze:

- H1:** Tekmovalci na reprezentančnih treningih redko doživljajo nasilje s strani reprezentančnih trenerjev.
- H2:** Tekmovalci izmed vseh oblik nasilja največkrat doživljajo psihično nasilje.
- H3:** Med športniki obstajajo razlike v dojemaju nasilja glede na spol, pri čemer ženske, v primerjavi z moškimi, kritičnejše dojemajo nasilje.
- H4:** Med športniki obstajajo razlike v dojemaju nasilja glede na starost tekmovalcev, pri čemer starejši tekmovalci (tekmovalci članskih in veteranskih kategorij), v primerjavi z mlajšimi tekmovalci (tekmovalci otroških in mladinskih kategorij), kritičnejše dojemajo nasilje.
- H5:** Športniki nasilja v športu ne dojemajo kot nekaj škodljivega zanje, temveč ga dojemajo kot del športa.

## 7 PREDSTAVITEV IN INTERPRETACIJA REZULTATOV RAZISKAVE

### 7.1 SPLOŠNA STALIŠČA O ŠPORTU IN BORILNIH VEŠČINAH

V nadaljevanju so predstavljeni trije sklopi pogledov na nekatere trditve o športu in borilnih veščinah, ki so zakoreninjene v družbi ali pa smo opazili njihovo pojavljanje v športu (tabela 5).

V prvi sklop so uvrščene trditve, ki se nanašajo na dožemanje športa in športnih dosežkov športnikov in športnic. Ugotovili smo, da se velika večina športnikov (96,3 %) sploh ne strinja s prevladujočim laičnim mnenjem glede primernosti borilnih veščin le za moško populacijo (povprečna vrednost: 1,19; standardni odklon: 0,79). Športniki tako odkrito priznavajo, da so borilne veščine več kot primeren šport tudi za ženske. Hkrati pa je zanimiv pogled športnikov na vrednotenje moškega in ženskega športa ter njihovih dosežkov. Splošno gledano, se športniki sploh ne strinjajo s trditvijo, da so moški športi večvredni od ženskih (1,41; 1,01), v nekoliko manjši meri pa se ne strinjajo z izjavo, da se dosežki športnikov ne morejo primerjati z dosežki športnic (1,96; 1,43). Pri tem je zanimiv odstotek očitnega strinjanja: 7,4 % anketirancev se strinja oziroma zelo strinja z večvrednostjo moških športov, medtem ko slaba petina anketirancev (19,2 %) z očitno manjvrednostjo gleda na rezultate športnic. To kaže, da v praksi, kljub vse večjemu udejstvovanju športnic, še vedno obstaja določena stopnja zgodovinskih predsodkov družbe o manjvrednosti športnic in njihovih dosežkov. Glede na pretekli uspeh zmanjševanja stopnje diskriminacije v športu predvidevamo, da se bo v prihodnosti takšna tendenca še nadaljevala in da bo nekoč dožemanje športa in priznavanje rezultatov med športniki in športnicami popolnoma enako. Zanimal pa nas je tudi pogled anketirancev na trenerjevo spodbujanje in kritiziranje športnikov. Večina športnikov se ne strinja s trditvijo, da kričanje predstavlja običajno prakso spodbujanja v borilnih veščinah (2,63; 1,36). Prav tako se ne strinjajo, da kritika deluje drugače na moške kot na ženske, pri čemer naj bi bile športnice bolj užaljene (2,70; 1,30). Kljub temu, pa se z obema trditvama, ki se nanašata na spodbujanje in kritiziranje, strinja ali zelo strinja slaba petina anketirancev. Prav tako nas je zanimal športnikov odnos do fenomena poveličevanja zmage v športu (»Zmaga ni vse; zmaga je edino, kar velja.«). Ugotovili smo, da se 22,2 % športnikov strinja ali zelo strinja s to trditvijo, preostali pa se s to trditvijo ne strinjajo (2,26; 1,58). Na tekmovanju ni namreč pomembna samo zmaga, ampak tudi način kako prideš do nje, prikazan nastop, odnos do tekmovanja, na novo pridobljene izkušnje ipd.

**Tabela 5: Pogledi na dogajanja v športu in borilnih veščinah**

	Povprečje	St. odklon	4+5 (%)
Bolečine, poškodbe ter tveganja zanje so del športa in tekmovalci morajo to sprejeti.	4,44	1,01	81,5
Ženske se v vlogi trenerja znajdejo enako dobro kot moški.	4,37	1,01	77,8
V reprezentanco so povabljeni le najboljši športniki v svojih kategorijah.	4,30	0,91	70,4
Ženske morajo biti trenirane na enak način kot moški.	4,19	1,18	74,1
Vseeno mi je, če me trenira trener ali pa trenerka.	3,89	1,55	63,0
Ker trenerke bolje razumejo probleme, s katerimi se soočajo športnice, jim lažje stojijo ob strani na tekmah.	3,41	1,19	44,4
Da se izognem negativnim sankcijam (npr. ignoriranje s strani sotekmovalcev ali trenerja, posmehovanju, izločitvi iz ekipe), sem pripravljen trenirati kljub bolečinam in poškodbam.	2,88	1,45	26,9
Če trener kriči name, me s tem še bolj spodbuja in še bolje treniram.	2,74	1,46	37,0
Kritika drugače deluje na moške kot ženske. Kritike bolj užalijo ženske kot moške.	2,70	1,30	18,5
Kričanje je povsem običajno za naš šport.	2,63	1,36	22,2
Zmaga je edino, kar velja.	2,26	1,58	22,2
Dosežki športnikov se ne morejo primerjati z dosežki športnic.	1,96	1,43	19,2
Straši od mene pričakujejo boljše rezultate.	1,78	1,19	7,4
Moški športi so več vredni kot ženski športi.	1,41	1,01	7,4
Borilne veščine niso primeren šport za ženske, temveč le za moške.	1,19	0,79	3,7

V drugem sklopu trditev pa smo se konkretnije osredotočili na treninge borilnih veščin (tabela 5). Podatki kažejo, da kar 74,1 % anketiranih meni, da morajo biti športnice v borilnih veščinah trenirane na enak način kot športniki (4,19; 1,18), kar privede do tega, da so športnice sposobne dosegati enako dobre ali celo boljše rezultate kot športniki. Velik del izprašancev (70,4 %) se zato strinja, da so v slovensko taekwon-do reprezentanco povabljeni le športniki z najboljšimi rezultati v svoji kategoriji (4,30; 0,91). Med športniki tudi prevladuje mnenje, da so bolečine, številne poškodbe ter tveganja zanje sestavni del športa, tekmovalci pa bi morali to tveganje sprejeti (4,44; 1,01). Nasprotno pa se športniki večinoma ne strinjajo s tem, da so pripravljeni trenirati kljub bolečinam in poškodbam, če se s tem izognejo negativnim sankcijam s strani sotekmovalcev ali trenerja (ignoriranje, posmehovanje, izločitvi iz ekipe) (2,88; 1,45). Kljub temu pa se s takšnim vedenjem strinja oziroma

zelo strinja kar 26,9 % vprašanih. Kar 37 % anketirancev se strinja s tem, da jih trenerjevo kričanje le še bolj spodbuja in zaradi tega še bolje trenirajo (2,74; 1,46).

V zadnjem sklopu pa nas je zanimalo še dojetanje žensk v vlogi športnega trenerja (tabela 5), pri čemer ugotavljamo, da izpraševanci pozitivno dojemajo uveljavljanje žensk v športu oziroma nimajo negativnih predsodkov glede njihove zasedbe vodilnih položajev (trener, sodnik). Kar 77,8 % vprašanih meni, da so ženske enako sposobne opravljati delo trenerja kot moški (4,37; 1,01), zato jim je tudi vseeno, če jih trenira ženska (3,89; 1,55). Tudi v praksi je že vidno vse večje uveljavljanje žensk; sicer je še vedno opazno pomanjkanje ženskega trenerskega kadra, je pa zato precej opazen trend uveljavljanja sodnic na tekmovanjih. Prav tako pa moramo omeniti pozitivno mnenje 44,4 % anketirancev, da trenerke lažje stojijo ob strani športnicam na treningih in tekmah, saj v primerjavi s trenerji bolj razumejo probleme in strahove, s katerimi se soočajo (3,41; 1,19).

## **7.2 TRENERJEV NAČIN DELA S ŠPORTNIKI**

V procesu vrhunškega športnega treniranja poleg športnika sodeluje veliko različnih oseb, ki morajo med seboj dolgoročno usklajeno delovati, da se doseže določen športni cilj (dosežek, rekord). Iz izkušenj vemo, da rezultati v vrhunskem športu ne pridejo kar čez noč in sami od sebe, ampak so zanje potrebni vztrajnost, odrekanje in večletno trdo delo. Tako trener poleg športnika predstavlja najpomembnejšega akterja v procesu športnega treniranja, saj ravno skupaj tvorita športni tim s skupnimi cilji. Trener je v trenažnem procesu vodja, ki ima izreden vpliv na športnika, s čimer lahko usmerja njegovo vedenje. V vsebinskem delu smo tako najprej preučevali trenerjevo vodenje oziroma trenerjev odnos dela s športnikom, zato so nas zanimale določene značilnosti trenerja v matičnem klubu in trenerja reprezentance, ki se nanašajo na njegov način dela s športniki. Glede na to, da rezultati primerjave med trenerji v matičnem klubu in trenerji reprezentance nakazujejo na zelo majhne razlike oziroma le-teh skorajda ni, se bomo v nadaljevanju raziskave osredotočili le na rezultate, ki se nanašajo na trenerje reprezentance<sup>50</sup>. Pri interpretaciji dobljenih rezultatov je treba upoštevati, da višja vrednost povprečja pomeni tudi višjo stopnjo izražene lastnosti.

---

<sup>50</sup> Veliki večini tekmovalcev predstavlja reprezentančni trener hkrati tudi trenerja v matičnem klubu, zato so v pridobljenih rezultatih zelo majhna odstopanja med obema trenerjema.



Ugotavljamo, da reprezentančne trenerje (tabela 6) bolj opredeljujejo lastnosti, ki so značilne za demokratične trenerje<sup>51</sup>: trenerji tekmovalce na treningih ali tekmah spodbujajo (4,73; 0,53), jih dobro usmerjajo (4,56; 0,80) in motivirajo (4,11; 1,09), jim dajejo povratne informacije (4,63; 0,63) in nasvete (4,54; 0,76). Hkrati pa tekmovalci kot pozitivno ocenjujejo tudi dostopnost in komunikacijo trenerjev; trenerji so dostopni (4,19; 1,21), zato je z njimi tudi lahko komunicirati (4,04; 1,51), pri čemer se uporablja dvosmerna komunikacija (3,85; 1,29). Večina tekmovalcev se s trenerjem splošno dobro razume (4,48; 0,89), k čemur prispeva trenerjevo upoštevanje tekmovalca; tekmovalci cenijo, da se trenerji z njimi posvetujejo o pomembnejših odločitvah, ki zadevajo njihovo tekmovalno kariero, ter da se spoštuje in upošteva njihova mnenja in odločitve (4,15; 1,06). Prav tako pa k dobremu odnosu prispeva tudi trenerjev nežaljiv odnos do tekmovalcev: trenerji redkokdaj kritizirajo tekmovalce (2,56; 1,22), so nesramni do njih (1,41; 1,58) ali do drugih sotekmovalcev (1,70; 1,07) oziroma jih redkokdaj žalijo in ponižujejo (1,22; 0,58). Vseeno pa so trenerji še vedno naklonjeni strogim oblikam treningov, ki so usmerjeni k realizaciji zadanih ciljev (4,44; 0,97), zato tudi od tekmovalcev na treningih zahtevajo določeno stopnjo brezpogojne ubogljivosti (3,59; 1,08). To lastnost lahko pripišemo tudi dejstvu, da gre v osnovi za vojaško borilno veščino, za katero so značilni

---

<sup>51</sup> V literaturi se največkrat govori o dveh stilih vodenja - demokratično in avtokratično vodenje, tovrstna delitev pa razlaga trenerjev način dela s športniki. Vendar pa trenerjev stil vodenja ni odvisen le od njegove osebnosti, ampak tudi od osebnosti športnikov, športne situacije, ciljev, nalog in strukture skupine ter medsebojnih odnosov v ekipi. Prvi način vodenja predstavlja *demokratično vodenje*, ki temelji na vključevanju športnika v proces odločanja: trener načrtuje in oblikuje aktivnosti, o pomembnejših odločitvah pa se posvetuje s športniki. Prav tako pa trener sprejema in ceni odločitve športnikov, pri vodenju pa ne nastopa le s pozicije moči, zaradi česar športniki lažje komunicirajo z njim, lažje pa tudi vzpostavijo pristen medosebni odnos. Na ta način trener spozna športnikove strahove in probleme, kar mu omogoča boljše predvidevanje športnikovega vedenja. Pri svojem delu trener športnike spodbuja in jih usmerja, jim vliva samozaupanje, išče njihove notranje motive in jih ne ustrahuje ali ponižuje. Športniki so zato bolj motivirani za delo, razvije se tudi boljše vzdušje v ekipi. Nasprotno pa drugo skrajnost predstavlja *avtokratično vodenje*, pri katerem je trener usmerjen k realizaciji ciljev, zato se obnaša dominantno v odnosu do športnika: sam odloča in načrtuje aktivnosti, ukazuje in prepoveduje, zahteva brezpogojno ubogljivost, ima potrebo po nadzorovanju športnikov, komunikacija pa je enosmerna. Takšno vodenje pozitivno vpliva na športnike, ki so navajeni igrati podrejeno vlogo. Ravno nasproten učinek pa doseže ob športnikih, ki tega niso vajeni, saj le-ti negativno reagirajo na tak način vodenja (npr. z apatijo, pasivnostjo, zmanjšano motivacijo), kar vodi do porušanja odnosa med njima in onemogoča nadaljnje skupno delo (Tušak in Tušak, 2003).

hierarhičnost, strogo poveljevanje trenerjev in popolna ubogljivost oziroma podrejenost športnikov.

**Tabela 6: Značilnosti trenerja, ki se nanašajo na način dela s športniki**

Reprezentančni trener:	Povprečje	St. odklon	4+5 (%)
trener me spodbuja	4,73	0,53	96,1
daje povratne informacije	4,63	0,63	92,6
pri treningih me dobro usmerja	4,56	0,80	88,9
trener rad daje nasvete, ko se obrnem nanj	4,54	0,76	84,6
s trenerjem se dobro razumem	4,48	0,89	81,5
naklonjen strogemu treningu, ki je usmerjen k realizaciji ciljev	4,44	0,97	85,2
je lahko dostopen	4,19	1,21	70,4
sprejema in spoštuje moje mnenje, odločitve	4,15	1,06	74,1
trener me motivira pred treningom ali tekmo	4,11	1,09	74,0
o pomembnejših odločitvah se trener posvetuje s tekmovalci	4,04	1,31	73,0
z njim je lahko komunicirati	4,04	1,51	77,8
uporablja dvosmerno komunikacijo	3,85	1,29	65,4
trener zahteva brezpogojno ubogljivost	3,59	1,08	55,5
dopušča mi samostojne odločitve	3,42	1,53	61,6
ne dopušča razpravljanja	3,04	1,29	29,6
trener pogosto ukazuje in prepoveduje	2,88	1,45	36,0
trener me kritizira	2,56	1,22	18,5
sam odloča in planira aktivnosti, povezane z mano	2,48	1,58	29,6
trener tekmovalcem pušča proste roke	2,41	1,22	18,5
trener je pogosto nesramen do drugih tekmovalcev	1,70	1,07	11,1
mu je vseeno zame	1,62	1,17	11,1
trener je pogosto nesramen do mene	1,41	0,75	3,7
trener me žali ali ponižuje	1,22	0,58	0,0

### **7.3 VPLIV TRENERJEVEGA VEDENJA PRED IN PO TEKMOVANJU**

Po oceni značilnosti trenerja, ki se nanašajo na način dela s športniki, smo preverili tudi trenerjevo vedenje pred in po tekmovanju. Tekmovanje predstavlja tako za športnika kot trenerja stresno situacijo, ki se še stopnjuje s pomembnostjo tekmovanja. Športnik se neposredno pred nastopom sooča in doživlja različne občutke: pričakovanje, vznemirjanje, živčnost, zaskrbljenost, negotovost, strah pred neuspehom ipd. Ob tem se pokaže prava vloga trenerja, ki mora tekmovalca ustrezno umiriti in mu pomagati, da se osredotoči na prihajajoči nastop. Nikakor pa trener na tem mestu ne sme biti žaljiv ali nesramen do tekmovalca, saj lahko takšno vedenje

negativno vpliva na tekmovalčev nastop. Iz tabele 7 je razvidno, da marsikaterega tekmovalca takšno vedenje razjezi (2,48; 1,42), poniža (2,41; 1,22), vrže iz tira (2,35; 1,38) oziroma bi tekmovalec najraje odstopil od tekmovanja (1,96; 1,34), spet drugi pa se s takšnim vedenjem ne obremenjujejo (2,41; 1,31) ali jim je vseeno (1,85; 1,23). Zanimivo pa je, da nekatere tekmovalce takšno vedenje motivira in ga sprejmejo kot izziv za boljši nastop (2,59; 1,80).

**Tabela 7: Vpliv negativnega trenerjevega vedenja na tekmovalčev nastop**

Trener reprezentance:	Povprečje	St. odklon	4+5 (%)
me motivira, sprejemem to kot izziv za boljši nastop	2,59	1,80	40,7
me razjezi	2,48	1,42	18,5
se ne obremenjujem z njegovim vedenjem	2,41	1,31	18,5
občutim krivdo, ponižanje	2,41	1,22	14,8
me vrže iz tira	2,35	1,38	15,4
najraje bi se odpovedal tekmovanju	1,96	1,34	18,5
mi je vseeno	1,85	1,23	14,8

Stres tekmovalca in trenerja se še poveča v primeru poraza na tekmovanjih najvišjega ranga. Reakcije obeh akterjev so ob porazu najrazličnejše: od popolne apatije, impulzivnega reagiranja do velikega navala negativnih čustev (jeza, krivda, razočaranje), saj kljub velikemu vložnemu trudu obeh strani rezultat ni skladen z željami in pričakovanji. Zato se nam zdi izredno pomemben tudi pristop trenerja oziroma njegovo vedenje po koncu nastopa v primeru poraza, saj bo tekmovalec na podlagi trenerjeve pozitivne reakcije lažje in uspešneje »predelal« svoja negativna čustva. Nemalokrat smo na tekmovanjih že videli, da so trenerji po porazu jezni in besedno agresivni (zmerjanje, kričanje) do tekmovalca, priča pa smo bili celo primeru fizičnega obračunavanja trenerja nad tekmovalko. Klub temu, pa naše ugotovitve kažejo (tabela 8), da velika večina slovenskih trenerjev po koncu tekmovanja pristopi do tekmovalca in mu kritično pove njegove napake, obenem pa tudi dobre stvari v nastopu (4,00; 1,24). Prav tako precejšnji del trenerjev po nastopu potolaži tekmovalce, da se vedno ne izide vse po načrtih in da bo drugič bolje (3,11; 1,25). Pomembno pa je, da trener po koncu nastopa nima žaljivega in zaničevalnega odnosa do tekmovalca ali ga zaradi poraza celo ignorira, saj to negativno vpliva na njegovo prihodnje tekmovalno udejstvovanje. To potrjujejo tudi tekmovalci, ki so do sedaj redkokdaj doživeli ignoranco (1,19; 0,80), žaljivke (1,19; 0,79) ali ravnodušnost (1,15; 0,46) s strani trenerja.

**Tabela 8: Vedenje trenerja po koncu tekmovanja v primeru poraza**

Trener reprezentance:	Povprečje	St. odklon	4+5 (%)
kritično mi pove moje napake in tudi dobre stvari	4,00	1,24	66,7
me tolaži, da bo drugič bolje	3,11	1,25	37,0
se jezi name in mi v jezi našteje napake	1,88	1,13	8,0
krivi me za poraz	1,41	0,97	7,4
se jezi name in mi ne pove napak	1,31	0,62	0,0
me ignorira	1,19	0,80	3,8
je žaljiv do mene	1,19	0,79	3,7
mu je vseeno	1,15	0,46	0,0

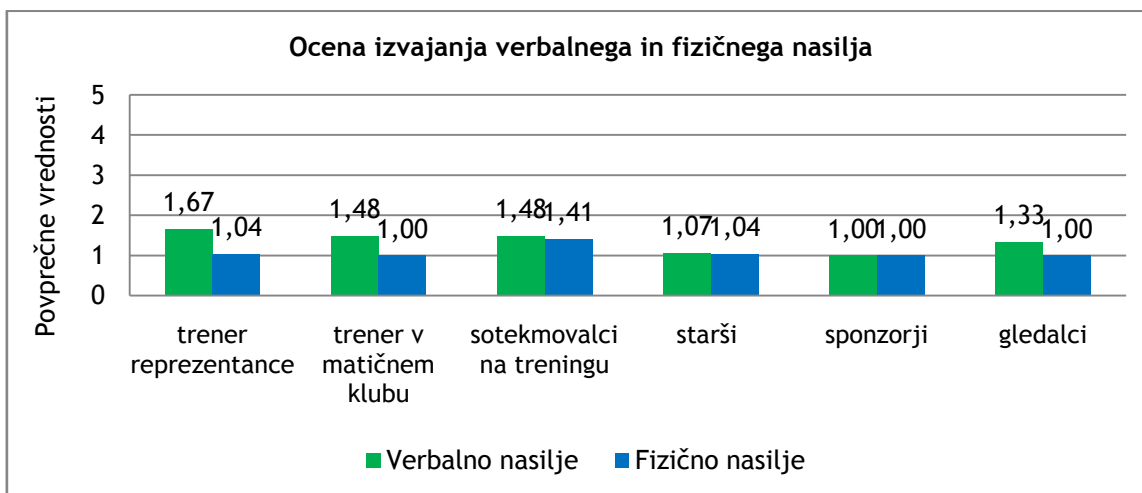
## 7.4 IZVAJALCI NASILJA V ŠPORTU

Pred podrobnim pregledom doživljanja posameznih vrst nasilja s strani reprezentančnih trenerjev, si najprej pogledajmo še splošno oceno doživljanja verbalnega in fizičnega nasilja v športu<sup>52</sup> s strani različnih akterjev. Športnik namreč v času treningov in tekem posredno ali neposredno sodeluje s trenerji (v matičnem klubu in v reprezentanci), sotekmovalci, starši, gledalci in različnimi sponzorji. Reprezentanti na splošno ocenjujejo, da do izvajanja tako verbalnega kot tudi fizičnega nasilja prihaja zelo redko oziroma nikoli<sup>53</sup>. Kljub temu pa na podlagi povprečnih vrednosti odgovorov in iz grafa 1 ugotavljamo, da se v nekoliko večji meri izvajata verbalno nasilje (1,34; 0,34) kot pa fizično nasilje (1,07; 0,15), prav tako pa kot izvajalci obeh vrst nasilja izstopajo sotekmovalci na treningu oziroma trenerji reprezentance pri verbalnem nasilju. Rezultati kažejo, da športniki v času treningov in tekem najpogosteje doživljajo verbalno nasilje s strani trenerjev reprezentance (1,67; 1,14), v nekoliko manjši meri pa s strani trenerja v matičnem klubu (1,48; 0,85) oziroma sotekmovalcev na treningu (1,48; 0,85). Naše izkušnje s treningov kažejo, da gre pri tem najpogosteje za trenerjevo preklinjanje, kričanje, žaljenje oziroma za zbadanje in zasmehovanje med sotekmovalci. Zanimiv je tudi podatek, da so na tekmovanjih v manjši meri verbalno nasilni tudi starši tekmovalca (1,07; 0,27), ki na ta način »spodbujajo« svojega otroka oziroma športnika iz otrokovega kluba. Opazamo pa, da se na tekmovanjih precej bolj verbalno izživljajo gledalci (najpogosteje so to starši drugih tekmovalcev - nasprotnikov, njihovi sorodniki in

<sup>52</sup> Verbalno in fizično nasilje je bilo ocenjeno v najožjem smislu pojmovanja: verbalno nasilje kot kričanje, zmerjanje, žalitve, poniževanje, fizično nasilje pa kot klofute, brce, udarci.

<sup>53</sup> Anketiranci so ocenjevali doživljanje verbalnega in fizičnega nasilja s strani različnih akterjev v športu na 5-stopenjski lestvici: 1 - nikoli, 2 - redko, 3 - občasno, 4 - pogosto in 5 - zelo pogosto.

prijatelji) (1,33; 0,68), saj je z njihove strani prisotnega veliko žaljenja, preklinjanja, poniževanja ali kakršnokoli drugačno degradiranje nasprotnika. Izprašani tudi ocenjujejo, da sponzorji na tekmah nikoli niso verbalno nasilni (1,00; 0,00), kar je logična posledica tega, da na tekmovanjih sponzorji dogajanje le opazujejo ali pa sploh niso prisotni.



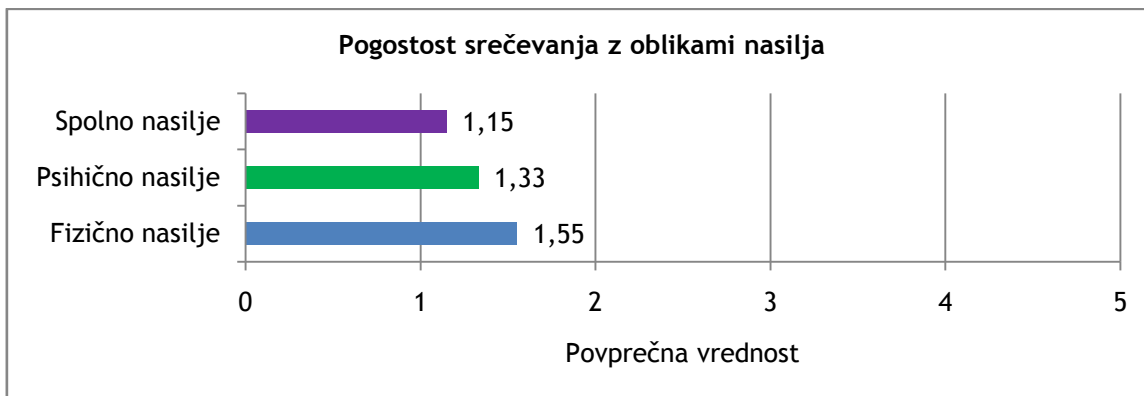
**Graf 1: Splošna ocena izvajanja verbalnega in fizičnega nasilja v športu**

Čeprav se po mnenju izpraševancev fizično nasilje izvaja precej redkeje kot verbalno, pa tekmovalci ocenjujejo, da so do njih najpogosteje fizično nasilni sotekmovalci na treningu (1,41; 0,80), ki imajo tudi dejansko največ neposrednih stikov s samim športnikom. Pri tem ne gre za posamična dejanja »klasičnega fizičnega nasilja« (klofute, brce, udarce ipd.), ampak gre največkrat za medsebojno fizično obračunavanje, ki izvira iz osebnih zamer ali nerešenih sporov, pod pretvezo športne borbe, kjer pa se ne upoštevajo športna pravila borbe. Fizično izživljanje telesno močnejših nad šibkejšimi največkrat rezultira v fizičnih poškodbah šibkejših (modrice, krvavitve iz nosu ipd.). Nasprotno pa vsi anketiranci ocenjujejo, da do fizičnega nasilja nikoli ne prihaja s strani trenerja v matičnem klubu (1,00; 0,00), sponzorjev (1,00; 0,00) ali gledalcev (1,00; 0,00). To se nam zdi logično, saj imata na tekmovanjih le trener in tekmovalec dostop do tekmovalnega območja; vsi ostali (gledalci, sponzorji) pa lahko tekmovanje spremljajo le s tribun oziroma morajo stati za varovalno ograjo, ki ločuje tekmovalno prizorišče od navijaškega prostora (graf 1).

## **7.5 DOŽIVLJANJE POSAMEZNIH OBLIK NASILJA V ŠPORTU**

Kljub temu, da so anketiranci splošno ocenili, da do izvajanja verbalnega in fizičnega nasilja v športu ne prihaja skoraj nikoli oziroma prihaja le redkokdaj, pa so nas zanimale še dejanske izkušnje tekmovalcev o pogostosti doživljanja različnih oblik nasilja, ki jih povzročajo trenerji reprezentance. Izprašanci so tako na 5-stopenjski

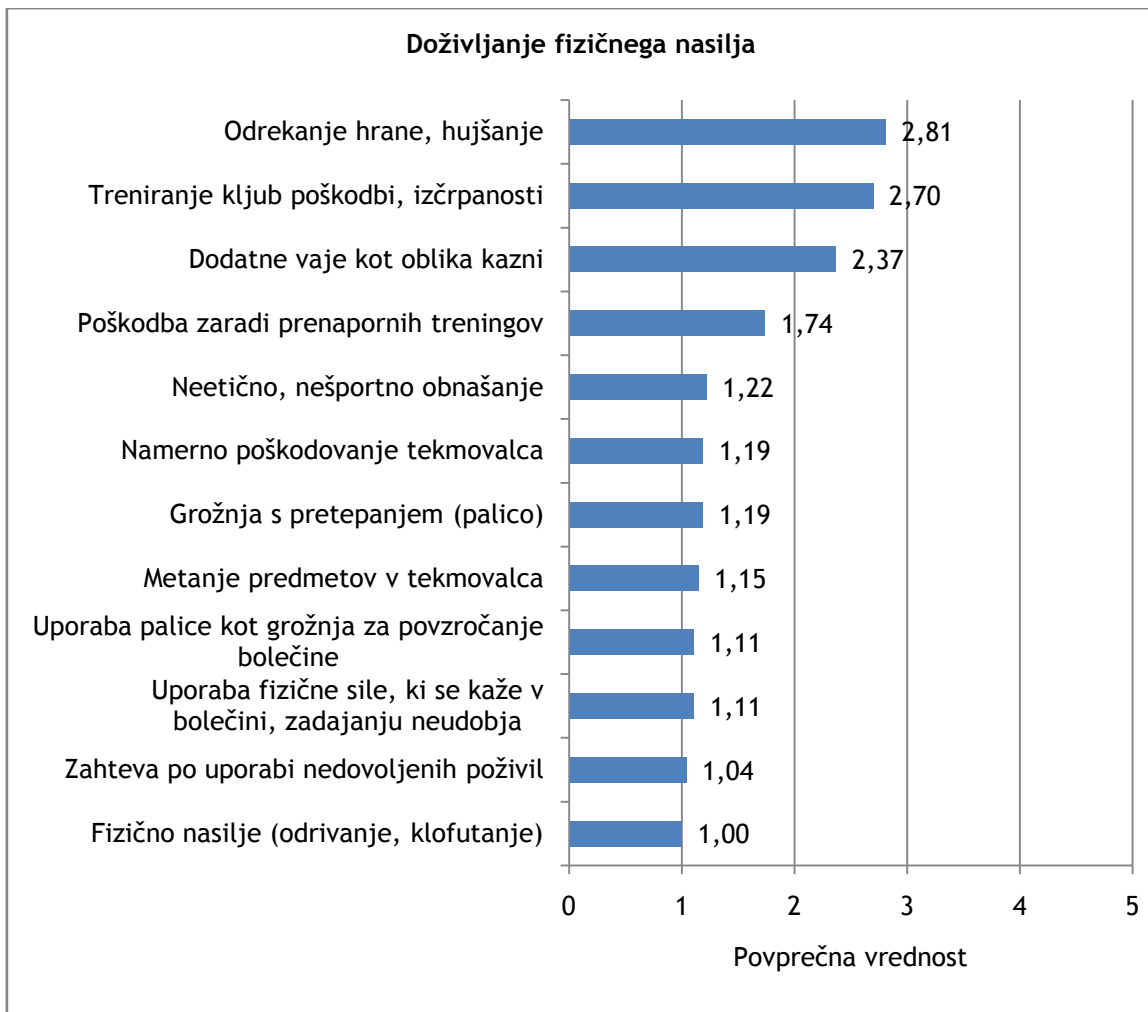
lestvici (1 - nikoli, 2 - redko, 3 - občasno, 4 - pogosto, 5 - zelo pogosto) ocenjevali pogostost osebnega srečevanja s primeri fizičnega, psihološkega in spolnega nasilja. Predvidevali smo, da so športniki na treningih največkrat žrtve različnih oblik psihičnega nasilja, vendar pa podatki povprečnih vrednosti<sup>54</sup> v grafu 2 in v prilogi 2 kažejo prevladovanje fizičnega nasilja (1,55; 0,44) nad psihičnim (1,33; 0,49) in spolnim nasiljem (1,15; 0,37).



Graf 2: Splošen pregled pogostosti srečevanja z oblikami nasilja

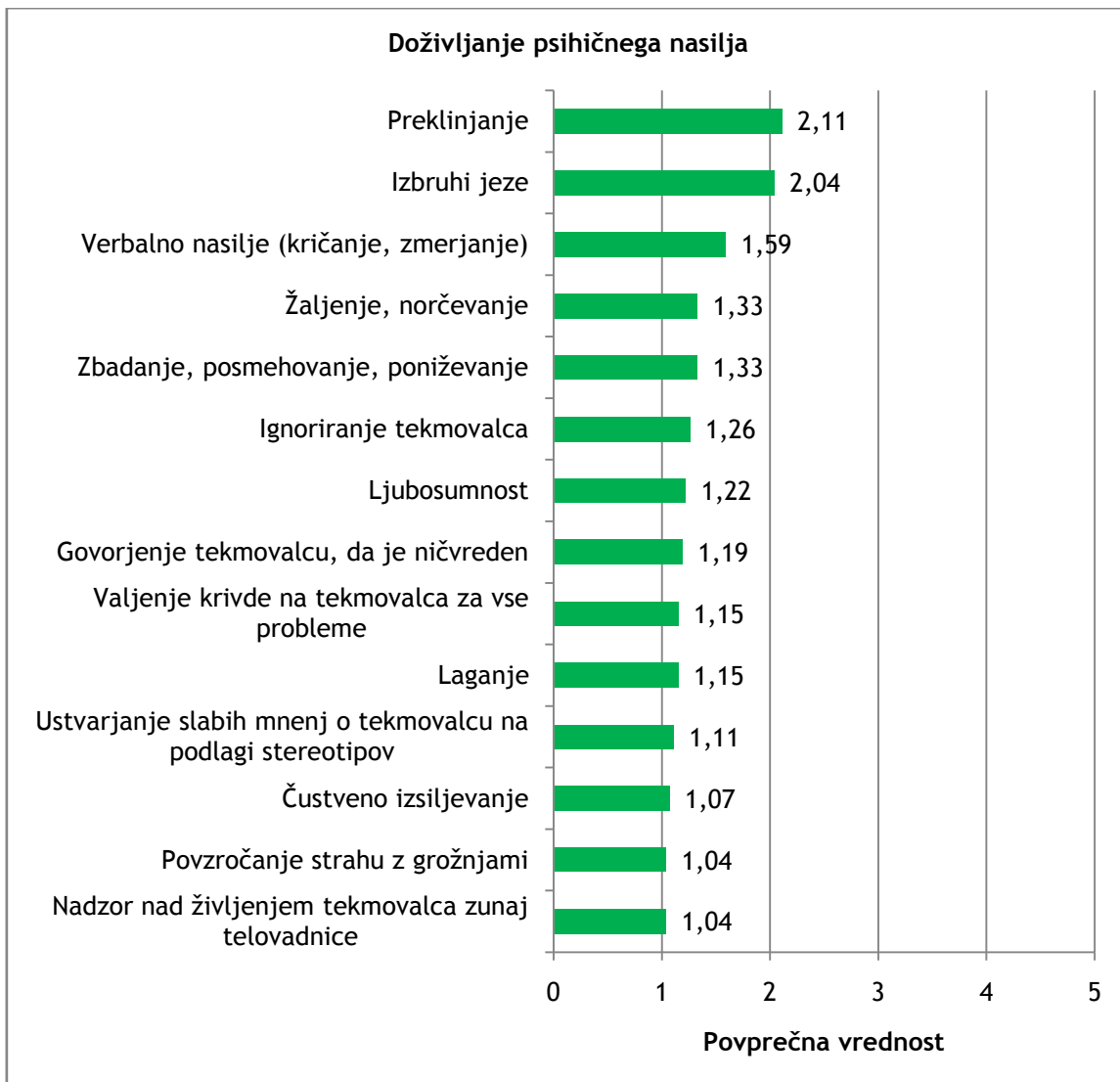
Kot nam prikazujejo podatki v grafu 3, sta najpogosteje doživeti obliki fizičnega nasilja odrekanje hrane in hujšanje pred pomembnejšimi tekmovanji (2,81; 1,39) ter treniranje in tekmovanje kljub temu, da so tekmovalci izčrpani ali poškodovani ter ob tem čutijo bolečino (2,70; 1,33), sledita pa tudi še kaznovanje športnikov v obliki izvajanja dodatnih vaj (2,37; 1,47) in pa poškodbe, ki nastanejo kot posledica prenapornih treningov ali pretreniranosti (1,74; 1,02). Hkrati pa športniki ocenjujejo, da so v sklopu fizičnega nasilja najmanjkrat doživeli zahtevo trenerja po uporabi nedovoljenih poživil (1,04; 0,19) oziroma so bili izpostavljeni doživljanju klasičnih oblik fizičnega nasilja (npr. odrivanje, klofutanje, lasanje, brcanje s strani trenerja).

<sup>54</sup> Pri vprašanju *Srečevanje z nezaželenimi situacijami na treningu* smo spremenljivko *fizično nasilje* izračunali kot povprečje 12 spremenljivk fizičnega nasilja, *psihično nasilje* kot povprečje 14 spremenljivk psihičnega nasilja ter *spolno nasilje* kot povprečje 9 spremenljivk spolnega nasilja.



**Graf 3: Pogostost doživljanja različnih oblik fizičnega nasilja**

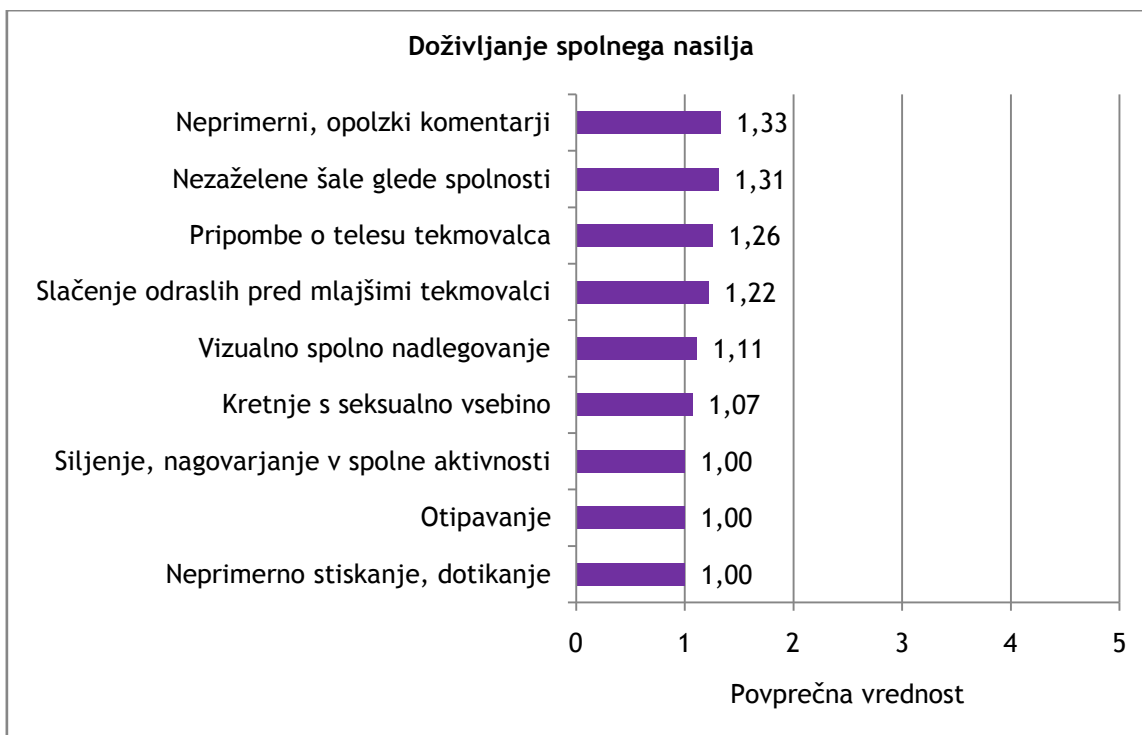
Športniki so v času večdnevnihih treningov deležni tudi nekaterih oblik psihičnega nasilja in izživljanja osebnih frustracij trenerja, med katerimi v grafu 4 vidneje izstopata pogosto preklinjanje (2,11; 1,40) kot tudi nenadni izbruhi jeze pri trenerju (2,04; 1,48). Vidimo tudi, da v nekoliko manjši meri izstopa tudi verbalno nasilje v ožjem smislu (kričanje, zmerjanje) (1,59; 1,25), kar pa se sklada z našo ugotovitvijo, da je med različnimi akterji športa verbalno nasilje (v ožjem smislu) najbolj značilno prav za reprezentančne trenerje (graf 1). Izpraševanci tudi omenjajo, da so trenerji tudi drugače psihično nasilni do njih, saj so deležni raznega zbadanja, posmehovanja ali poniževanja zaradi njihovega videza, družine, prijateljev, življenjskega stila ali kakršnihkoli drugih okoliščin (1,33; 0,96) oziroma jih trenerji preprosto celo ignorirajo (1,26; 0,97).



**Graf 4: Pogostost doživljanja oblik psihičnega nasilja**

Pri preučevanju doživljanja nasilja smo se dotaknili tudi spolnega nasilja, ki velja za najobčutljivejše področje doživljanja nasilja. Predvidevali smo, da je to oblika nasilja, ki je najmanj razširjena med vsemi oblikami in ki se dejansko sploh ne izvaja med trenerji in reprezentanti. Ugotavljamo, da v splošnem skorajda ne prihaja do srečevanja s tovrstnimi situacijami. V manjši meri so pa vseeno prisotni neprimerni in opolzki komentarji (1,33; 0,78), nezaželene šale glede spolnosti (1,31; 0,97), pripombe o telesu tekmovalca (1,26; 0,59) in slačenje odraslih (športnikov, trenerjev) pred mlajšimi tekmovalci (1,22; 0,58), kar je posledica tega, da se vsi športniki istega spola preoblačijo v skupni garderobi. Ne prihaja pa do spolnega nasilja, ki bi pomenilo neposreden spolni napad na tekmovalca: siljenja ali nagovarjanja v spolne aktivnosti, otipavanja športnikov ter neprimernega stiskanja in dotikanja (graf 5).





Graf 5: Pogostost doživljanja oblik spolnega nasilja

## 7.6 ZAZNAVANJE RAZLIČNIH OBLIK NASILJA

V zadnjem delu smo želeli ugotoviti še dožemanje različnih oblik nasilja ločeno glede na spol in starost oziroma starostno kategorijo. Na podlagi poznavanja tematike in tekmovalcev smo predvidevali, da obstajajo razlike v dožemanju nasilja nad športniki glede na spol in starost. Ob tem pa menimo, da ženske in starejši tekmovalci kritičneje dojemajo izvajano nasilje. Primerjava med spoloma dejansko kaže, da ženske kritičneje gledajo oziroma presojujejo dogodke, ki se uvrščajo med različne oblike nasilja. Pri ženskah lahko tudi opazimo nekoliko višje povprečne vrednosti za vse oblike nasilja - psihično, fizično in spolno (tabela 9).

Tabela 9: Dožemanje različnih oblik nasilja glede na spol in starost

			Psihično nasilje	Fizično nasilje	Spolno nasilje
Spol	Moški	Povprečje	1,30	1,49	1,11
		N	20	20	19
		St. odklon	0,46	0,43	0,36
	Ženski	Povprečje	1,41	1,74	1,27
		N	7	7	7
		St. odklon	0,60	0,47	0,39
	Skupaj	Povprečje	1,33	1,55	1,15
		N	27	27	26
		St. odklon	0,49	0,44	0,37

			Psihično nasilje	Fizično nasilje	Spolno nasilje
Starostna kategorija (starost)	Dečki in deklice (do 13 let)	Povprečje	1,04	1,31	1,02
		N	8	8	8
		St. odklon	0,05	0,15	0,04
	Mladinci in mladinke (14 do 17 let)	Povprečje	1,32	1,51	1,08
		N	12	12	12
		St. odklon	0,29	0,34	0,13
	Člani in članice (18 do 39 let)	Povprečje	1,70	1,98	1,31
		N	4	4	4
		St. odklon	0,74	0,52	0,54
	Veterani in veteranke (nad 40 let)	Povprečje	1,67	1,78	1,52
N		3	3	3	
St. odklon		1,03	0,85	0,90	
Skupaj	Povprečje	1,33	1,55	1,15	
	N	27	27	26	
	St. odklon	0,49	0,44	0,37	

Prav tako lahko iz tabele 9 razberemo, da se s starostjo povečuje kritičnost presojanja situacij s pojavom različnih oblik nasilja, kar lahko najverjetneje pripišemo višji izobrazbeni ravni starejših tekmovalcev, predvsem pa njihovi kritičnosti. Kot smo pričakovali, najkritičneje dojemajo različne oblike nasilja ravno starejši tekmovalci - člani (18 do 39 let) ter veterani (nad 40 let). Pričakovano najnižje povprečne vrednosti pa so pri otrocih (do 13 let), saj otroci pri tej starosti še nimajo razvitega kritičnega pogleda na svet okoli sebe in v dobri veri sprejmejo vse besede in dejanja trenerjev ne glede na to, ali to pomeni obliko nasilja.

## 7.7 PREVERJANJE HIPOTEZ

V tem podpoglavju s pomočjo predstavljenih rezultatov raziskave povzemamo glavne ugotovitve empiričnega dela, ki se nanašajo na zastavljene hipoteze.

Prvo hipotezo, ki pravi: »Tekmovalci na reprezentančnih treningih redko doživljajo nasilje s strani reprezentančnih trenerjev.«, sprejmemo, saj smo s pomočjo ocen anketirancev ugotovili, da tekmovalci v skupno kar 90 % niso nikoli doživeli nasilja s strani reprezentančnih trenerjev oziroma so ga doživeli le redkokdaj.

Druge hipotezo, ki pravi: »Tekmovalci izmed vseh oblik nasilja največkrat doživljajo psihično nasilje.« ne moremo sprejeti, saj je doživljanje psihičnega nasilja šele na drugem mestu med vsemi tremi oblikami nasilja. Tekmovalci tako poročajo, da so najpogosteje (pogosto, zelo pogosto) doživeli različne oblike fizičnega nasilja (9,0 %),

ki mu v nekoliko manjši meri sledi psihično nasilje (4,5 %), najmanj pa je bilo primerov spolnega nasilja (0,8 %).

Tretjo hipotezo, ki pravi: »Med športniki obstajajo razlike v dojemaju nasilja glede na spol, pri čemer ženske, v primerjavi z moškimi, kritičneje dojemajo nasilje.«, sprejmemo, saj smo ugotovili, da glede na primerjavo povprečnih vrednosti med spoloma dejansko obstajajo razlike med spoloma v dojemaju nasilja. Pri ženskah namreč izstopajo vse tri povprečne vrednosti ocen posameznih oblik nasilja.

Četrto hipotezo, ki pravi: »Med športniki obstajajo razlike v dojemaju nasilja glede na starost tekmovalcev, pri čemer starejši tekmovalci (tekmovalci članskih in veteranskih kategorij), v primerjavi z mlajšimi tekmovalci (tekmovalci otroških in mladinskih kategorij), kritičneje dojemajo nasilje.« sprejmemo, saj primerjava povprečnih vrednosti med mlajšimi in starejšimi tekmovalci kaže na obstoj razlik v dojemaju posameznih oblik nasilja. V splošnem ugotavljamo, da se s starostjo povečuje kritičnost presojanja nasilnih situacij; primerjava povprečnih vrednosti oblik nasilja kaže, da starejši tekmovalci (tekmovalci članskih in veteranskih kategorij) izraziteje prepoznavajo različne oblike nasilnih situacij kot nasilje.

Peto hipotezo, ki pravi: »Športniki nasilja v športu ne dojemajo kot nekaj škodljivega zanje, temveč ga dojemajo kot del športa.« sprejmemo, saj na podlagi odgovorov anketirancev lahko zaključimo, da športniki različne oblike telesnega kaznovanja in nehumane oblike treninga, ki v osnovi pomenijo fizično nasilje, ter t. i. etiko maksimuma, po kateri športniki skozi treninge iščejo zgornje meje svojih psihofizičnih sposobnosti, sprejemajo kot sestavni del treninga. Anketirani se v kar 81,5 % strinjajo s tem, da so bolečine in poškodbe sestavni del treninga, tekmovalci pa morajo v luči morebitnega uspeha to dejstvo sprejeti. Kar 26,9 % anketiranih tekmovalcev pa se celo strinja s tem, da bi trenirali ali tekmovali kljub poškodbi, z namenom izognitve negativnim sankcijam sotekmovalcev ali trenerja.

## 8 RAZPRAVA

Šport obsega širok razpon dejavnosti, ki jih nekateri avtorji umeščajo v šport, drugi spet ne. Vseeno pa lahko iz najrazličnejših definicij športa le-te umestimo v tri skupine definicij. Najširše definicije v šport uvrščajo priložnostno ukvarjanje s športom: neformalne športe (npr. igra košarke s prijatelji na ulici) in tudi bolj formalne športe, pri katerih je že potrebna posebna oprema, vendar pa še vedno ni v ospredju element tekmovalnosti, ampak igra in druženje. Drugo skupino tvorijo že natančnejše definicije, ki omejujejo športe na aktivnosti, ki se pojavljajo znotraj formalnih struktur (klubi, društva) in imajo vidik tekmovalnosti. Najožje definicije pa poleg institucionalizirane tekmovalne aktivnosti poudarjajo motorične elemente športa. Šport naj bi bil tako organizirana tekmovalna aktivnost, ki s pomočjo usmerjenega fizičnega navora in uporabe spretnosti odloča med zmagovalcem in poražencem.

Taekwon-do, vzhodnjaška borilna veščina, ki jo zaznamujejo hitri in raznoliki ročni in nožni udarci ter močan filozofski vpliv na posameznika, postaja v svetu in tudi v Sloveniji vse bolj priljubljena oblika športne rekreacije, vse bolj pa se uveljavlja tudi na tekmovalnem nivoju kot globalno popularen šport<sup>55</sup>. Naši športniki so z osvojenimi dosežki na taekwon-do prvenstvih popeljali Slovenijo na zemljevid oziroma prizorišče dobitnikov največjih lovorik, ki jih dovoljujejo pravila športne politike - osvajajo medalje na evropskih in svetovnih prvenstvih, verzije ITF, saj športna pravila ne dovoljujejo nastopanja na olimpijskih igrah.

Glavni namen teoretičnega dela pričujoče naloge je bil predstavitev problematike nasilja v vrhunskem športu in prikaz nekaterih njegovih pojavnih oblik. Ob tem ena izmed osnovnih definicij nasilja pravi, da se lahko nasilje izraža z dejanskim ali namišljenim dejanjem, z besedami ali nebesednimi (gibalnimi) dejanji, s škodo, ki jo povzročamo sebi ali drugim, z oblikami, ki jih družba odobrava ali ne, na način, kjer žrtev za nasilje ve ali ne ve (Schilling v Petrović in Doupona, 1996). Nasilje je torej opredeljeno kot način, s katerim si povzročitelj skuša v odnosu zagotoviti moč in nadzor nad žrtvijo in uresničiti svoje interese. Pri tem pa nasilje vedno izhaja iz neravnovesja moči med dvema osebamama; gre za zlorabo moči, o kateri govorimo

---

<sup>55</sup> Taekwon-do lahko opredelimo tudi kot šport, saj združuje vse prvine športa kot jih določata Marjoribanks in Farquharson (2012): 1) vključuje fizično aktivnost, ki v vadbi združuje fizični napor in razvoj spretnosti, 2) ima institucionalno organiziranost, ki temelji na pravilih, 3) vključuje tekmovalnost in možnost doseči rezultat, 4) je neločljivo povezan z družbo, politiko in gospodarstvom, pri tem pa se kažejo medsebojni vplivi in 5) je rezultat družbenih procesov, zato ga je mogoče spreminjati skozi čas in se razlikuje glede na lokacijo.

takrat, ko ima ena oseba že v osnovi več moči nad drugo osebo ter to moč izkorišča v škodo drugega (DNK, n. d.). Opažamo pa, da nasilje vse bolj prodira v naše vsakdanje življenje in s tem tudi v šport; šport je del družbe, zato ga ne moremo obravnavati izven njenega konteksta (Živanović in Randelović, 2011). Ob tem grede nekateri avtorji še dlje; tako npr. Delaney in Madigan (2009) trdita, da sta agresivnost in nasilje vidik športa, zato ne bi smeli biti presenečeni o obstoju nasilja v športu. Ena izmed definicij pravi, da je nasilje v športu vsaka uporaba nedovoljenih sredstev ali pretirane sile v katerikoli obliki s strani športnikov, trenerjev ali drugih udeležencev v športu z namenom škodovanja vsem udeležencem športnega dogodka (Živanović in Randelović, 2011). Pri tem lahko nasilje v tekmovalnem športu, ki ga največkrat izvajajo trenerji nad športniki, razdelimo v štiri glavne oblike (David, 2008): 1) fizično nasilje: preintenzivni treningi, nezadostni počitek, dodatne vaje kot oblika kazni, različne diete, fizično nasilje med športniki, vsiljevanje dopinga, vsiljevanje treninga ali tekmovanja poškodovanim igralcem, 2) spolno nasilje: neprimerni komentarji, fizično osvajanje, neprimerno dotikanje, prisiljen spolni odnos in posilstvo, 3) psihološko nasilje: pretiran pritisk, verbalno nasilje, čustvena zloraba ter 4) zanemarjanje: nezagotavljanje primerne oskrbe in pozornosti, namerna malomarnost in izolacija. Pri tem opozarjamo, da nismo zaobjeli prav vseh pojavnih oblik športnega nasilja, saj kot nas opominjata Petrović in Doupona (1996), nasilje pozna virtualno neskončno oblik, ki pa se med seboj prepletajo. Kljub temu pa menimo, da smo smiselno in pregledno predstavili najpogostejše oblike športnega nasilja, pri čemer smo nekatere tudi podkrepili s primeri lastnih izkušenj.

V empiričnem delu smo s pomočjo kvantitativne metode raziskovanja raziskali obseg in pogostost doživljanja nasilja v športu na primeru slovenskega vrhunškega športa v panogi taekwon-do, verzije ITF. Pri raziskovanju smo se soočili z večplastnim problemom vzorčenja, kjer je glavno težavo predstavljala majhnost vzorca - izbrano skupino so sestavljali le najboljši športniki, in z njo povezano anonimnostjo anketirancev. Za izvedbo raziskave smo razdelili 35 vprašalnikov v pisni obliki, od katerih je bilo 27 vprašalnikov (77 %) vrnjenih in vključenih v nadaljnjo analizo. Poleg neodzivnosti smo med analizo zaznali še nezadostno poznavanje problematike nasilja v športu in s tem nezanesljivo poročanje o dejanskem doživljanju športnega nasilja. Kljub majhnosti vzorca, pa menimo, da pridobljeni podatki predstavljajo začetno osnovno izhodišče za ukrepanje v smeri zmanjševanja prisotnosti nasilja v športu. Hkrati pa tudi opozarjamo, da zaradi majhnosti vzorca in dejstva, da so tekmovalci v stiku z reprezentančnimi trenerji in ostalimi sotekmovalci le občasno (v času priprav

na večja prvenstva), pridobljenih podatkov ne moremo posplošiti na športnike celotne Slovenije, ampak veljajo le za preučevan vzorec.

Ker se v nacionalni panožni zvezi (ITF Zveza za tradicionalni taekwon-do Slovenije) in posameznih klubih še vedno premalo zavedamo problematike nasilja v športu in na splošno v borilnih veščinah, smo z raziskavo analizirali dejansko stanje doživljanja nasilja pri vrhunskih športnikih (reprezentantih) taekwon-doja. Pri tem so nas uvodoma zanimala splošna stališča o športu in borilnih veščinah (trenažni proces, vrednotenje dosežkov ipd.) in splošne značilnosti trenerjev (način dela s športniki ter vpliv trenerjevega vedenja pred in po tekmovanju), ključni del raziskave pa so predstavljale že doživete izkušnje reprezentantov, predvsem s strani akterjev, s katerimi športniki v trenažnem procesu najpogosteje sodelujejo (sotekmovalci, trenerji). Pri podrobnejši raziskavi doživljanja posameznih oblik nasilja v športu smo se osredotočili na izkušnje z reprezentančnimi trenerji, saj le-ti skupaj s trenerji po matičnih klubih predstavljajo najpomembnejše akterje v procesu športnega treniranja, ki z vlogo vodje v trenažnem procesu vplivajo na športnika in s tem usmerjajo njegovo vedenje. Veliki večini anketirancev je reprezentančni trener obenem predstavljal tudi trenerja v matičnem klubu, kar je rezultiralo kot zelo majhna odstopanja v pridobljenih rezultatih med trenerji v matičnem klubu in reprezentančnimi trenerji.

V raziskavi je sodelovalo 27 športnikov, od tega 20 (74,1 %) moških in 7 (25,9 %) žensk. Glede na starost in z njo povezano starostno kategorijo sta precej izstopali starostni kategoriji dečkov in deklic ter mladincev in mladink, v katerih je skupno nastopilo kar 74 % tekmovalcev. Opazili pa smo tudi, da s starostjo upada število tekmovalcev v članskih in veteranskih kategorijah, kar pripisujemo težjemu usklajevanju treningov s službenimi in družinskimi obveznostmi (še posebej materinstvo pri ženskah), tekmovalni nekonkurenčnosti v primerjavi z mlajšimi tekmovalci, posledicam poškodb oziroma vse večjemu tveganju za njihov nastanek ter športnemu udejstvovanju v rekreacijskem smislu. Z raziskavo smo pridobili tudi določene podatke o obsegu treningov ter trenažni in tekmovalni aktivnosti športnikov. Glede na to, da so v reprezentanco izbrani le tekmovalci z najboljšimi rezultati v svojih kategorijah, so za doseg ustreznih tekmovalnih form potrebna leta treningov in tekmovanj. Tekmovalci so se pred samimi evropskimi prvenstvi različno pripravljali; ugotovili smo, da je v obdobju priprav na evropsko prvenstvo 2015 skupno kar 88,9 % tekmovalcev namenilo do 11 ur tedensko za treninge po matičnih klubih. Nezanemarljiv je podatek, da je kar 70,4 % športnikov aktivno tekmovalo več kot 5 let, kar kaže na to, da je pred samimi reprezentančnimi nastopi pomembno

pridobiti dovolj tekmovalnih izkušenj z mednarodnih tekmovanj. Za slovensko reprezentanco je bilo v letu 2015 značilno, da je bila zelo pomlajena v tekmovalnem smislu, saj je kar 81,5 % reprezentantov nastopalo v reprezentanci manj kot 4 (tabela 3). Analiza tekmovalnih dosežkov pa je pokazala, da se najboljši rezultati s prvenstva (osvojeno 1.–3. mesto) zmanjšujejo z njegovo pomembnostjo oziroma velikostjo (tabela 4), kar pripisujemo večji mednarodni zastopanosti tekmovalcev in s tem večji tekmovalni konkurenci na evropskih in svetovnih prvenstvih ter selekcioniranju najboljših domačih tekmovalcev za nastop na teh prvenstvih. Trener bo tako zaradi upoštevanja tekmovalnih pravil, ki dovoljujejo nastop največ dvema ali trem tekmovalcem v določeni individualni disciplini, izmed večih tekmovalcev izbral le dva oziroma tri najboljše tekmovalce, ki bodo tudi nastopili v tej kategoriji na prvenstvu.

Ukvarjanje s športom ima številne pozitivne učinke na telesno in tudi duševno zdravje ljudi (boljše počutje, zmanjšanje stresa, druženje z ljudmi, ki imajo podobne interese ipd.), vendar pa z vse večjo profesionalizacijo športa in z njo povezano tekmovalnostjo prihaja do izraza tudi njegova temnejša plat, ki se kaže v obliki vrhunškega športa in pojavu nasilja v njem. Današnji vrhunski šport zaznamuje olimpijsko geslo »hitreje, višje, močnejše«; pri tem pa ne gre za obliko zmernosti, ampak velja imperativ najboljšega dosežka oziroma zmage, gre za nenehno preseganje samega sebe ter dokazovanje zgornje meje psihofizičnih sposobnosti športnika (Hosta, 2007). Vrhunski šport zahteva od športnikov določeno mero talenta, številne treninge, samodisciplino, vztrajnost, odrekavanje in prilagajanje za dosego uspeha v svetovnem merilu. Sama narava vrhunškega športa izhaja iz tekmovalnosti, ki pa v primeru, da je privedena do ekstremov, prinaša številne negativne vidike (Vodeb, 2005), ki se kažejo v obliki najrazličnejših telesnih in duševnih poškodb (poniževanje, podcenjevanje, zmerjanje športnika, telesne poškodbe zaradi pretreniranosti, oblike spolnega nasilja ipd.) ter ne nazadnje celo kot opustitev športa. Kljub temu, pa marsikateri športnik nadaljuje svojo tekmovalno pot v vrhunskem športu zaradi želje po zmagovanju, ki odtehta vse slabe strani športa.

Doseganje vrhunskih rezultatov je rezultat načrtnega, tehnološko dovršenega in individualiziranega procesa. V sistematično delo pa so poleg športnika vključeni tudi trenerji, klubi, panožne zveze in ustrezno podporno okolje (družina, šola, poklicno okolje, panožni tim) (»ReNPŠ14-23«, 2014), ki pa morajo med seboj dolgoročno usklajeno delovati. Ob tem menimo, da sta izmed vseh sodelujočih akterjev v trenažnem procesu, za dosego vrhunškega rezultata, najpomembnejša športnik in trener, ki skupaj tvorita športni tim s skupnimi cilji. Trener v trenažnem procesu predstavlja vodjo, ki s svojim vplivom na športnika usmerja njegovo vedenje, ter

tako predstavlja ključno osebo v oblikovanju športnikove kariere. Pomembno pa je, da odnos med športnikom in trenerjem temelji na medsebojnem zaupanju in spoštovanju. Dober trener mora tekmovalca spodbujati in usmerjati, ob upadu motivacije ga znati ponovno motivirati ter mu pravilno svetovati. Za športnikov napredek so izjemno pomembne tudi trenerjeve povratne informacije, ki pa morajo biti v največji možni meri objektivnega značaja, saj bo športnik s tem pridobil pomembno informacijo za izboljšavo. Pomembni pa sta še dostopnost trenerja, s tem pa tudi omogočanje lažje (dvosmerne) komunikacije ter trenerjevo upoštevanje želja in mnenj športnika. Vsekakor pa trenerji ne smejo biti žaljivi ali nesramni do tekmovalcev; trenerji se morajo izogibati neutemeljenemu kritiziranju, žaljenju in poniževanju tekmovalcev, saj v nasprotnem primeru s tem uničijo medsebojno spoštovanje (tabela 6). Še posebej kritično je takšno vedenje v primeru večjega tekmovanja, ki tako športniku kot tudi trenerju predstavlja izredno stresno situacijo. Športniki pred samim nastopom občutijo tremo, živčnost, skrbi jih potek dogodkov ipd., ob tem pa je trener tisti, ki jih pomiri in s tem pomaga, da se osredotočijo na prihajajoči nastop, ne pa na lastne občutke pomanjkljivosti. V primeru, da je pred nastopom trener verbalno žaljiv ali nesramen do tekmovalca, lahko to negativno vpliva na njegov nastop, saj bo tekmovalec preusmeril svojo pozornost na trenerjevo reakcijo, ne pa na prihajajoči nastop. Tudi po koncu tekmovalčevega nastopa mora trener ohraniti mirno kri, kar še posebej velja v primeru poraza. V primeru slednjega, so tako trenerji kot tudi tekmovalci slabe volje, razočarani, jezni ipd., zato so tekmovalci pogostokrat deležni trenerjevega verbalnega obtoževanja, zmerjanja, ignoriranja, zaničevanja, videli pa smo celo fizično obračunavanje tujega reprezentančnega trenerja nad tekmovalko. Ne glede na izid športnikovega nastopa, mora trener skupaj s tekmovalcem analizirati njegov nastop ter mu pri tem kritično povedati slabe in dobre strani nastopa (napake, prednosti, morebitne izboljšave ipd.). Vidimo, da odnos med trenerjem in športnikom predstavlja enega izmed najkritičnejših odnosov, v katerem najpogosteje prihaja do nasilja. Tudi Kavanagh (2014) ugotavlja, da športniki niso imuni pred doživljanjem fizičnih, spolnih in čustvenih zlorab ter drugimi oblikami trpinčenja, ob tem pa prepozna odnos med trenerjem in športnikom kot odnos, kjer se športno nasilje najpogosteje pojavlja.

Z ozirom na skoraj profesionalni način treniranja borilne veščine taekwon-do, in hkratio amatersko vrednotenje dosežkov, nas je zanimalo, ali tekmovalci na klubskih oziroma reprezentančnih treningih doživljajo nasilje s strani trenerjev ter kako pogosto ga doživljajo. Ob tem smo zaradi poznavanja same narave borilne veščine, za katero so značilna izjemno močna moralna načela in v kateri odnos med



športnikom in trenerjem temelji na medsebojnem spoštovanju in zaupanju, in višjega nivoja treniranja (reprezentančni nivo) predvidevali, da športniki na reprezentančnih treningih redko doživljajo nasilje s strani reprezentančnih trenerjev. Pregled zbrane literature ter raziskave domačih in tujih raziskovalcev o doživljanju nasilja v športu kažejo na to, da se nasilje v vseh svojih pojavnih oblikah najpogosteje izvaja ravno na ravni vrhunškega športa v odnosu med trenerjem in športnikom. Ob tem pa so zanimive naše ugotovitve, ki nasprotujejo izsledkom drugih raziskav o pogostem doživljanju nasilja in kažejo, da so tekmovalci na reprezentančnih pripravah zelo redko doživljali nasilje trenerjev: športniki so ocenili, da so v 5,1 % pogosto oziroma zelo pogosto doživeli nasilje, nasprotno pa so ocenili, da kar v 90 % niso nikoli doživeli nasilja oziroma so ga redkokdaj (priloga 2). Vendar pa Kavanagh (2014) nadalje ugotavlja, da športniki doživljajo nasilje, poleg že omenjenega odnosa trener - športnik, tudi v odnosih z drugimi športnimi udeleženci - sotekmovalci, gledalci in navijači. Tudi mi ugotavljamo, da športnik v pripravljalnem obdobju na večje prvenstvo (treningi v klubu, reprezentančne priprave, tekmovanja) ne sodeluje le s trenerjem v matičnem klubu v sklopu rednih treningov, temveč sodeluje tudi z drugimi športnimi subjekti - najpogosteje so to reprezentančni trener in sotekmovalci v času reprezentančnih priprav, zato tudi doživljanje nasilja ni omejeno samo na trenerja, ampak tudi na ostale športne subjekte (sotekmovalce, starše, gledalce). Športniki so ob tem ocenili, da so redkokdaj doživeli nasilje v takšnih odnosih, vseeno pa naše ugotovitve kažejo na nekoliko večjo prevlado doživljanja verbalnega nasilja (kričanje, zmerjanje, žalitve, poniževanje ipd.) nad fizičnim (klofute, brce, udarci ipd.), hkrati pa kot izvajalci obeh vrst nasilja izstopajo sotekmovalci na treningih oziroma trenerji reprezentance pri verbalnem nasilju (graf 1).

Razlog za poročanje o redkem doživljanju nasilja s strani trenerjev lahko najverjetneje pripišemo dvema dejavnikoma. Prvič, pri taekwon-doju kot borilni veščini gre v osnovi za vojaško borilno veščino, za katero so značilni hierarhičnost, strogo poveljevanje trenerjev in popolna ubogljivost oziroma podrejenost športnikov. Če že v klubih velja nekoliko bolj demokratičen način vodenja treningov, kjer ni absolutne neizprososti in podrejenosti, pa to ne velja za reprezentančni nivo. Na reprezentančnih treningih so postavljena jasna pravila - od vsakega športnika se pričakuje maksimalna delavnost, brezpogojni ubogljivost in sodelovanje ter spoštovanje trenerjev, sotekmovalcev in športnih funkcionarjev, zato trenerji ne prenašajo športnikovih napak (npr. polovično delo, zamujanje na treninge). V primeru neupoštevanja pravil oziroma kršenja le-teh, je tekmovalec hitro sankcioniran s »telesnim kaznovanjem na športni način« (npr. izvajanje sklec,

počepov, poskokov) oziroma se mu v najhujšem primeru prepove treniranje in nastopanje v okviru reprezentance. Ob tem David (2008) smatra telesno kaznovanje kot najpogostejšo obliko fizičnega nasilja v športu, ki ga trenerji uporabljajo na treningih za vzdrževanje discipline med športniki. Drugi razlog pa vidimo v tem, da morajo tekmovalci v kontekstu tekmovalnega športa sprejeti t. i. etiko maksimuma, ki je po besedah Hoste (2007) imuna na princip ugodja in zmernosti, in zahteva od športnika, da skozi treninge išče zgornje meje svojih psihofizičnih sposobnosti. Fiziologi ob tem dodajajo, da se navori vrhunskih športnikov začnejo tam, kjer se po normah medicine dela konča težko fizično delo (Tušak in Bednarik, 2002). Športniki s privolitvijo delovanja in nastopanja v reprezentanci brezpogojno pristanejo na to, da bodo v času treniranja podvrženi večkratnim fizičnim naporom oziroma celo nehumanim oblikam treninga, bolečinam, morebitnim poškodbam ali celo treniranju z njimi, saj premagovanje neudobja in ignoriranje bolečine (racionaliziranje, minimaliziranje in normaliziranje bolečine) predstavlja osnovo za doseg vrhunškega rezultata. Tudi izreki kot so »*Pain is temporary, pride is forever.*« ali »*No pain, no gain.*« kažejo na to, da so bolečine in poškodbe sestavni del športnega udejstvovanja, brez katerega ni vidnejšega uspeha. Ob tem je nezanimljiva naša ugotovitev, da se je kar 81,5 % anketiranih strinjalo s trditvijo, da so bolečine in poškodbe ter tveganja zanje sestavni del športa, tekmovalci pa morajo to sprejeti. Kar dobra četrtina (26,9 %) anketiranih športnikov pa se je strinjala s tem, da bi trenirali ali tekmovali kljub poškodbi, z namenom izogibanja negativnim sankcijam, kot so npr. ignoriranje s strani sotekmovalcev ali trenerja, posmehovanje ali izločitev iz ekipe (tabela 5). Poškodovani športniki si pri premagovanju bolečin pomagajo z jemanjem močnih protibolečinskih tablet (Marjoribanks in Farquharson, 2012), ki vsebujejo prepovedane snovi in pomenijo doping. Večina športnikov se pri tem ne zaveda, da bodo morali s poškodbami in bolečinami živeti še preostanek svojega življenja (Doupona Topič in Petrović, 2007). Na podlagi zgornjih ugotovitev lahko zaključimo, da športniki nasilje v športu dejansko dojemajo kot del športa.

Kljub oceni izpraševancev, da so zelo redko doživljali nasilje v času treningov s strani reprezentančnih trenerjev, pa nas je vseeno zanimala pogostost osebnih doživetij različnih situacij psihičnega, fizičnega in spolnega nasilja. Ob tem smo predvideli, da so tekmovalci v času reprezentančnih treningov najpogosteje doživljali psihično nasilje. Nasprotno pa naše ugotovitve kažejo, da so športniki najpogosteje doživeli različne oblike fizičnega nasilja, v nekoliko manjši meri pa tudi psihično nasilje ter tudi primere, ki se uvrščajo med spolno nasilje (graf 2). Na tem mestu podajamo tudi

naše ugotovitve, ki dodatno potrjujejo prejšnjo ugotovitev: med izprašanimi športniki je kar 9,0 % športnikov pogosto ali zelo pogosto doživelo fizično nasilje, medtem ko je ta odstotek pri ostalih dveh oblikah nasilja precej oziroma zelo nizek - 4,5 % športnikov je pogosto oziroma zelo pogosto doživelo psihično nasilje, 0,8 % pa spolno nasilje. Športniki so kot najpogosteje doživeti obliki fizičnega nasilja (graf 3) izpostavili odrekanje hrane in hujšanje pred pomembnejšimi tekmovanji ter treniranje in tekmovanje kljub temu, da so tekmovalci izčrpani ali poškodovani ter ob tem čutijo bolečino, pri čemer je prvo obliko fizičnega nasilja pogosto ali zelo pogosto doživelo kar 37 % vprašanih, drugo obliko pa 29,6 % izprašanih. Kot zelo pogosto doživeti obliki fizičnega nasilja sledita še kaznovanje športnikov v obliki izvajanja dodatnih vaj, kateri je bila pogosto ali zelo pogosto izpostavljena dobra petina tekmovalcev (22,2 %) in pa poškodbe, ki nastanejo kot posledica prenapornih treningov ali pretreniranosti. Prav tako so športniki poročali, da so bili v času večdnevni priprav deležni tudi nekaterih oblik psihičnega nasilja (graf 4), pri čemer najbolj izstopata trenerjevo preklinjanje in njegovi nenadni izbruhi jeze. Ob tem tekmovalci še dodajajo, da jih je kar 18,5 % pogosto oziroma zelo pogosto srečalo z omenjenima oblikama nasilja. V nekoliko manjši meri so bili tekmovalci deležni tudi verbalnega nasilja (kričanje, zmerjanje), posmehovanja, zbadanja in poniževanja zaradi osebnih lastnosti (videza, življenjskega stila, navad, prijateljev, družine) oziroma žaljenja in norčevanja. Zanimale so nas tudi izkušnje s spolnim nasiljem (graf 5), ki velja za najobčutljivejšo obliko nasilja. Izprašani tekmovalci so poročali, da sicer splošno gledano niso doživeli situacij s spolno vsebino, vseeno pa so v manjši meri zaznali neprimerne in opolzke komentarje, nezaželene šale glede spolnosti, pripombe o telesu tekmovalcev ter slačenje odraslih (športnikov, trenerjev) pred mladoletnimi športniki, kar je posledica skupnega preoblačenja športnikov in trenerjev v isti garderobi. Ob tem bi bilo smiselno premisliti o ločenem preoblačenju trenerjev in tekmovalcev. Zadovoljni pa smo z ugotovitvijo, da ne prihaja do spolnega nasilja, ki pomeni neposredni spolni napad na tekmovalca - siljenja ali nagovarjanja v spolne aktivnosti, otipavanja, neprimerne stiskanja in dotikanja. V empiričnem delu naloge so nas zanimale tudi razlike v dojemanju nasilja glede na spol in starost tekmovalcev, pri čemer smo predvidevali, da ženske in starejši športniki kritičneje dojemajo izvajanje nasilja (tabela 9). Naše ugotovitve s pomočjo primerjave rezultatov med spoloma dejansko kažejo na to, da ženske kritičneje presojujejo dogodke oziroma situacije fizičnega, psihičnega in spolnega nasilja. Zanimivo je tudi to, da so pri ženskah višje vse povprečne vrednosti posameznih oblik nasilja. Pri primerjanju različnih starostnih kategorij - otroci (do 13 let), mladinci (14

do 17 let), člani (18 do 39 let) ter veterani (nad 40 let), pa smo ugotovili, da se s starostjo povečuje kritičnost presojanja različnih situacij nasilja. Različne oblike nasilja so najkritičneje presojali tekmovalci v članskih in veteranskih kategorijah, kar je posledica višje izobrazbe ter bolj objektivnega in s tem kritičnejšega pogleda na svet. Nasprotno pa so takšne situacije najmanj kritično ocenjevali otroci, saj zaradi trenerjeve avtoritete ubogajo in izpolnijo vse njegove zahteve ne glede na to, da takšna dejanja lahko pomenijo oziroma nadalje vodijo v nasilje.

Zadnja leta postaja javnost vse bolj ozaveščena o splošni problematiki nasilja in njegovem prodoru v športno sfero, kar je v Sloveniji na zakonodajnem področju privedlo do dveh sprememb: leta 2016 je bila sprejeta novela Zakona o preprečevanju nasilja v družini (»ZPND-A«, 2016), ki izrecno prepoveduje telesno kaznovanje otrok in drugo nasilje v družini, prav tako pa je razširila opredelitev nasilja v družini, po kateri se že grožnja z nasiljem šteje kot nasilje. Trenutno pa je v parlamentarni obravnavi tudi predlog novega Zakona o športu, ki bo v prihodnosti prinesel nekatere večje spremembe tudi na športnem področju. Ob vsem tem se porajajo različna vprašanja o tem, kako bosta oba zakonska akta vplivala na šport in trenajni proces. Strinjamo se s tem, da bi morali vsi starši, pedagoški in športni delavci voditi in izvajati politiko ničelne tolerance do izvajanja nasilja. Vendar pa v športu vedno naletimo na razkorak med teorijo na eni strani in prakso na drugi, hkrati pa se pri tem postavlja vprašanje, kje je meja med sprejemljivimi in nesprejemljivimi dejanji trenerja? Če poskusimo aplicirati D'Agostinovo teorijo športnega etosa (v Hosta, 2007), po kateri lahko razlikujemo 1) med sprejemljivimi dejanji, ki so v skladu s pravili, 2) med sprejemljivimi dejanji, ki so kršitve pravil in so obravnavana kot del igre, in 3) med kršitvami pravil, ki so nesprejemljiva in lahko tudi nemoralna, na trenerjeva dejanja oziroma njegovo obnašanje, potem vidimo, da lahko razlikujemo 1) med dobrim trenerjem, ki izvaja svoje naloge ob hkratnem spoštovanju športnika, 2) med trenerjem, ki npr. občasno povzdigne glas na športnika v žaru še boljšega treniranja, tekmovalec pa takšna trenerjeva dejanja vidi in dojema kot normalni del trenajnega procesa ter 3) med trenerjem, ki se poslužuje moralno spornih praks treniranja, le-te pa pomenijo nasilje (npr. pretepanje, zanemarjanje športnika) ali celo tudi kaznivo dejanje (npr. izvajanje spolnega nasilja). Obenem pa nas Hosta (2007) tudi opozarja, da ima športni etos tudi svoje pomanjkljivosti, saj se ob tem sprašuje, ali je res vsako dejanje dopustno, četudi ga sprejmejo vsi udeleženci, kar mnogokrat vodi v pojav nasilja. Kljub temu, pa se navadno v realnosti srečujemo z normalizacijo in s sprejemljivostjo izvajanja nasilja v športnem kontekstu. Športniki s pridružitvijo treningom v klubu tudi sprejmejo

trenerjev način oziroma metode treniranja, zato ga ne dojemajo kot nasilje, temveč kot normalen in sestaven del treninga. Športnikom (reprezentantom), ki že več let delujejo v reprezentanci, pa je samoumevno, da zaradi želje po ohranitvi mesta v reprezentanci in dosegi odmevnejšega uspeha doživljajo velik pritisk na treningih, zato sprejmejo fizično in verbalno nasilje trenerjev. Vedo namreč, da sta za nastop na največjih prvenstvih potrebni izjemna telesna (kondicijska) pripravljenost in čustvena stabilnost, da bodo zdržali pritisk pomembnosti tekmovanja. Veliko športnikov je namreč takšnih, da na tekmovanjih nižjega ranga blestijo, ko pa, sicer kondicijsko zelo dobro pripravljeni, nastopijo na večjem in pomembnejšem prvenstvu, pa popolnoma odpovedo.

V nadaljevanju podajamo še nekaj svojih mnenj in priporočil o treningih v sklopu treningov po klubih in v sklopu reprezentance. Predlagamo, da se spusti najnižja meja za nastop na evropskem prvenstvu na dopolnjeno 14. leto starosti, torej ko tekmovalec vstopi v mladinsko starostno kategorijo. Menimo, da za mlade športnike (otroke do vključno 13. leta) ni priporočljivo nastopanje na največjih prvenstvih (npr. evropsko prvenstvo) iz več razlogov. Otroci so zaradi pomembnosti nastopa izpostavljeni preveliki količini (pre)napornih treningov in občasno tudi hujšanju, ki nista primerna njihovi starosti, ter prezgodnji specializaciji namesto vsestranskim in različnim treningom, kar pa lahko pripomore k njihovem (pre)zgodnjemu odhodu iz športa nasplo, ne le iz tekmovalnega. Hkrati pa tako mladi športniki ne dojemajo same pomembnosti tekmovanj oziroma ne dojemajo »zakaj so na tekmovanju«; večina tako mladih športnikov se udeležuje prvenstev predvsem zaradi prevelikih trenerjevih želja in želja staršev oziroma zato ker se lahko s tem bahajo pred sovrstniki. Prav tako se pa tako mladi športniki in njihovi starši ne zavedajo, kakšen psihični pritisk pomeni odgovornost reprezentančnih trenerjev zanje; marsikateri športnik se ne zaveda koliko skrbi imajo trenerji z njimi na tekmovanjih zaradi neupoštevanja pravil in dogovorov. Zato predlagamo, da otroci do 12. leta tekmujejo na različnih tekmovanjih, kjer pridobivajo različne izkušnje, po 12. letu pa v primeru, da želijo nastopati v reprezentanci, začnejo že z obveznimi dvoletnimi pripravami v sklopu reprezentance, kjer sočasno izboljšujejo svojo tehnično usposobljenost ter se privajajo samemu načinu dela v reprezentanci. Do sedaj se je dogajalo, da marsikateri mladi tekmovalci niso bili niti tehnično niti kondicijsko pripravljeni na nastop na prvenstvu. Hkrati pa na tem mestu podajamo še priporočilo za trenerje po matičnih klubih, da ne glede na starost v reprezentanco prijavljajo le športnike, ki so že dovolj zreli in pripravljeni trenirati na višjem in precej zahtevnejšem trenažnem nivoju.

Moramo pa priznati, da ob analizi in interpretaciji rezultatov raziskave o doživetem nasilju trenerjev nismo zadovoljni z obsegoma nasilja v športu, saj bi ga lahko zmanjšali. Omenili smo že, da pri izvajanju politike ničelne tolerance do izvajanja nasilja v športu vedno naletimo na razkorak med teorijo in prakso. Vsak vrhunski uspeh spremljajo vzponi in padci, zanj pa so potrebni sanje, jasno postavljeni cilji, vložen čas, vztrajnost, disciplina, dosledno delo, odrekanja ter sprejemanje neugodja in bolečine kot del športa. Vse več trenerjev se pri svojem delu v športu srečuje z določenim problemom, ki zadeva današnje športnike; le-ti želijo postati vrhunski športniki, s čimprejšnjo dosego odmevnega rezultata, ob tem pa vložiti v treninge malo ali nič truda. Poraja se vprašanje, kako takšne športnike čim bolj motivirati in čim manj disciplinirati, da bodo postali kvalitetni športniki, ki niso muhe enoletnice. Pri tem imajo trenerji zelo težko nalogo; hočemo ali nočemo, večino današnjih športnikov, predvsem mlajših, lahko trenerji ustrezno disciplinirajo le s telesnim kaznovanjem kot obliko fizičnega nasilja v športu (npr. izvajanje sklec, počepov) ali z občasno povzdignjenim glasom, saj pri njih ne zaležejo lepe besede ali prošnje. Takšni tekmovalci tudi prej ali slej, že v osnovnem tekmovalnem sistemu (na medklubskem tekmovalnem nivoju), izpadejo iz športa, saj so nevajeni vztrajnosti oziroma je zanje značilen zelo hiter upad motivacije. Ob tem pa moramo priznati, da je težko kritizirati nekaj, kar osebno sami podpiramo, saj smo tega vajeni iz svojih športnih izkušenj in smo tovrstno početje sprejeli kot nekaj normalnega. Kljub osebemu strinjanju z določeno mero discipliniranja v športu, pa menimo, da se trener ne sme posluževati preostalih oblik nasilja, pri čemer še posebej izpostavljamo spolno nasilje. V okviru fizičnega in psihičnega nasilja pa menimo, da se ga ne bo dalo popolnoma izkoreniniti, saj športniki včasih potrebujejo trenerjevo spodbudo za boljše delo, nikakor pa to ne sme biti v poniževalnem smislu (tonu). Vseeno pa verjamemo, da imajo vsi udeleženci športa, celo vrhunski športniki, pravico do ukvarjanja s športom v športnem okolju, ki jim ne bo povzročal dodatnega fizičnega neugodja oziroma kakršnih koli telesnih ali psihičnih poškodb, ter pravico do okolja, kjer bodo njihove pravice spoštovane. Večinoma izkušnje kažejo, da je za vrhunske rezultate potreben avtoritaren način vodenja oziroma je primerna tudi kombinacija avtoritarno-demokratskega načina vodenja, pri katerem tekmovalec izrazi svoje želje in pove mnenje, trener pa v sodelovanju z njim načrtuje trenažni proces in mu predstavlja oporo na poti vzponov in padcev, ki so sestavni in nujni del športa. Tako se med trenerjem in športnikom splete posebna, prijateljska vez, ko se športnik lahko zanese na trenerja, da mu bo le-ta stal ob strani in da se lahko v katerikoli situaciji obrne nanj; gre torej za enakopraven odnos med njima.

V zvezi s samim odnosom med trenerjem in športnikom bi bilo smiselno razmisliti tudi o drugačni organizaciji in izvedbi reprezentančnih treningov. Glede na to, da se v zadnjih letih številčnost reprezentance nenehno povečuje (npr. iz 10 tekmovalcev v letu 2012 se je število tekmovalcev povzpelo že na 31 v letu 2017), trenerja, ki vodita vse reprezentančne aktivnosti, pa sta le dva, predlagamo, da se reprezentante razdeli v manjše skupine - npr. glede na starost in spol oziroma na sposobnosti športnikov (npr. začetnike v posebno skupino, izkušenejše reprezentante v svojo skupino), vsaki skupini pa se dodeli svojega trenerja, ki bo zanje odgovoren tudi na tekmovanjih. Na ta način bi se lahko vsak trener bolj poglobljeno posvetil svojim članom skupine, hkrati pa razvil tudi bolj osebni stik; trener bi imel možnost, da preuči način borbe posameznega športnika oziroma bolje spozna njegovo delovanje in probleme, s katerimi se športnik sooča. Hkrati pa menimo, da bi morali več časa posvetiti nadgradnji kondicijske priprave športnikov; reprezentančne priprave naj ne trajajo le tri ali štiri mesece, ampak bi z njimi začeli že v mesecu septembru. Pri tem bi sprva priprave potekale le enkrat mesečno, kasneje pa dvakrat oziroma večkrat mesečno, saj se le tako vidi napredek posameznega športnika. Športnik namreč ne more popraviti napak v enem ali dveh tednih, ampak je za to potrebnih več tednov vsakodnevnih treningov. Hkrati pa bi bilo zaradi boljšega spremljanja napredka športnikov smiselno oziroma obvezno opraviti evalvacijo opravljenih treningov ter tekmovalcu pojasniti njegove izboljšave, ter pokazati, kje je še njegov manko. Na ta način bi športnik tudi napredoval, hkrati pa dobil občutek, da trenerju ni vseeno zanj ter na ne pomeni samo številke v reprezentanci. Istočasno s tem pa se krepi tudi občutek medsebojnega zaupanja med trenerjem in športnikom.

Ob zaključku podajanja naših mnenj in predlogov pa moramo tudi izpostaviti, da so se nekatere stvari v času nastajanja pričujoče naloge že spremenile na bolje, saj so se trenerji že pričeli zavedati svojih dejanj, predvsem pa besed, zato je na reprezentančnih treningih mogoče slišati manj verbalnega nasilja (preklinjanja, kričanja, izbruhov jeze ipd.).

## 9 ZAKLJUČEK

S pomočjo pregleda literature smo spoznali, da je v preteklosti športni lobi preprečeval oziroma oteževal razpravljanje o problematiki nasilja v športni sferi, saj je želel obdržati pozitivno predstavo športa. Mnogi ob besedi šport tako pomislijo na gibalno dejavnost, ki jo spremljata užitek, zabava ali sprostitev po napornem dnevu, redkokdaj pa kdo pomisli na športno udejstvovanje z negativno konotacijo, ki ima, zlasti v vrhunskem športu, očitne negativne posledice za psihofizično zdravje športnika. Naravnost današnjega vrhunškega športa, za katerega so značilni zmaga za vsako ceno, pretirana tekmovalnost in profesionalizacija, narekuje, da so vrhunski športniki deležni vsakodnevnih intenzivnih treningov, napornih tekmovalnih urnikov ter celo strokovno dvomečih praks poučevanja in treniranja (npr. nehumane oblike treningov, prezgodnja specializacija mlajših športnikov, izgorelost kot posledica prenapornih treningov itd.), ki jih lahko na kratko označimo kar kot nasilje. Zaradi želje po uspehu se morajo športniki takšnim zahtevam prilagoditi oziroma bolje rečeno podrediti, zato prodajo svoje telo, ne glede na končno ceno ukvarjanja z vrhunskim športom (v obliki poškodb), ki jo po koncu športne kariere nosijo sami. Športniki tako postanejo tržno blago, ki se ga izkorišča vse dokler se ne iztroši ali trajno poškoduje, potem pa se ga večinoma zavrže in pozabi nanj. Prav zato se vse bolj opozarja na potrebo po vzdrževanju splošnega psihofizičnega zdravja športnika, saj mora športnik tudi po koncu športne kariere živeti s posledicami poškodb, pridobljenih v času aktivnega vrhunškega udejstvovanja.

V zadnjih 20 letih pa opazamo spodbudno dejstvo, da se predvsem med športnimi strokovnjaki, pa tudi med civilno javnostjo, vse bolj izpostavlja in odkrito diskutira tudi o tej temi, kar kaže na večjo osveščenost in kritičnost javnosti o problematiki pojava nasilja in njegovih pojavnih oblik tudi v športu. Vseeno pa se nam zdi, da se znotraj posameznih športov oziroma panožnih športnih zvez še vedno čuti nekdanji vpliv športnega lobija, ki želi prikazati le bleščečo stran športa in s tem zanikati oziroma zmanjšati pomen izvajanja nasilja, zato se znotraj športov oziroma zvez še vedno pomanjkljivo odkrito govori in obravnava problematika športnega nasilja. K temu pripomore tudi znano dejstvo, da je nasilje že tako razširjen problem v vseh sferah našega življenja, zato ga razumemo kot nekaj običajnega in vsakdanjega tudi v športu.

S pričujočo nalogo smo predstavili del obsežne problematike nasilja v vrhunskem športu ter tudi podali primere pojavnih oblik, ki smo jih že zasledili pri treningih borilne veščine taekwon-do oziroma smo jih prepoznali kot potencialne pojave



oblike v primeru, da se bo razvoj taekwon-doja usmeril v večjo profesionalizacijo. V empiričnem delu magistrske naloge smo ugotavljali pogostost doživljanja različnih oblik nasilja, predvsem s strani reprezentančnih trenerjev v času skupnih priprav, pri tem pa smo tudi iskali razlike v dojemanju nasilja med spoloma in glede na starost (starostne kategorije). Zanimalo nas je tudi, katero obliko nasilja športniki najpogosteje doživljajo ter kako športniki dojemajo nasilje v športu.

S pomočjo izvedene raziskave smo ugotovili in potrdili naša predvidevanja, da so športniki na reprezentančnih treningih redkokdaj doživljali nasilje. Ob tem nadalje ugotavljamo, da športniki fizično, psihično in spolno nasilje razumejo le v najožjem pomenu besede, ne razumejo pa ga širše, v športnem kontekstu. Prav tako športniki doživetega nasilja ne dojemajo kot nekaj škodljivega zanje, ampak ga smatrajo kot del športa. Tako na primer različne oblike telesnega kaznovanja (izvajanje sklec ali počepov, tek), nehumane oblike treninga (neupoštevanje zdravstvenega stanja športnika, prezgodnja specializacija ipd.) ali celo treniranje in tekmovanje kljub poškodbi sprejemajo kot sestavni del trenažnega procesa, ki jim bo pomagal postati še boljši. S pomočjo ocen športnikov pa smo tudi ugotovili, da so le-ti izmed različnih situacij fizičnega, psihičnega in spolnega nasilja najpogosteje doživljali različne oblike fizičnega nasilja, kot so npr. hujšanje, treniranje ali tekmovanje kljub bolečini ali poškodbi, telesno kaznovanje v obliki izvajanja dodatnih vaj ter poškodbe, ki nastanejo kot posledica prenapornih treningov ali pretreniranosti. V nekoliko manjši meri pa so športniki doživljali tudi psihično nasilje (trenerjevo preklinjanje in izbruhi jeze, kričanje, zmerjanje, posmehovanje, žaljenje in norčevanje), najmanj pa je primerov spolnega nasilja (neprimerni in opolzki komentarji, pripombe o telesu tekmovalcev, nezaželene šale glede spolnosti, slačenje odraslih pred mlajšimi tekmovalci). Pri ugotavljanju razlik v dojemanju nasilja glede na spol in starost smo ugotovili, da obstajajo razlike v dojemanju nasilja; ženske in tekmovalci višjih starostnih kategorij (članske, veteranske kategorije) bolj kritično presojujejo dogodke oziroma situacije fizičnega, psihičnega in spolnega nasilja.

Predstavljena splošna problematika nasilja v športu, prepozna njegovih pojavnih oblik ter pridobljene ugotovitve pomenijo začetno izhodišče za ozaveščanje športnikov, trenerjev, športnih funkcionarjev in drugih udeležencev športa o nasilju v vrhunskem športu, s tem pa tudi pomenijo prve korake k zmanjševanju pojavnosti nasilja v športni panogi. Dejstvo je, da je omenjena problematika tako obsežna ter tudi globoko zakoreninjena, zato nasilja ne bo mogoče popolnoma izkoreniniti. Obstoj nasilja namreč omogočata tako družba kot tudi sam šport: izvajanje nasilja je bilo do sedaj dovoljeno vsem trenerjem, saj ga družba ni prepoznala kot nasilje, ampak kot

sestavni del treninga, skrit pod imenom »uspešne metode treninga za doseganje vrhunskih rezultatov«. Po drugi strani pa tudi sama narava športa omogoča izvajanje nasilja; športnik in trener sta udeleženca odnosa v katerem trener predstavlja vodjo, ki pričakuje od športnika poslušnost in ubogljivost, hkrati pa se za trenerja predpostavlja, da je zaupanja vredna oseba z najboljšimi nameni za športnika.

Ob tem menimo, da bi se v bodoče moral vsak trener zamisliti nad svojim dosedanjim početjem in strokovnostjo ter se vprašati, ali se v trenažnem procesu morda ne poslužuje dvomljivih metod poučevanja, ki morebiti pomenijo obliko fizičnega nasilja in ki lahko vodijo v poškodbe. Največja dolžnost trenerja je organizirati takšen trening, kjer se ne ogrožata varnost in zdravje vadečih športnikov. Na tekmovanjih pa bi morali trenerji namesto zahtev po zmagi in »boljšosti« dati več poudarka na napredku in izpopolnjevanju posameznega tekmovalca, saj bo športnik le na ta način napredoval in postal boljši, uspeh pa bo temu tudi sledil. Prav tako bi se moral vsak trener v bodoče bolj zavedati pomena odnosa s športnikom, ki po našem mnenju predstavlja ključni dejavnik uspeha tekmovalcev. Biti trener ne pomeni samo odvoditi treninga, ampak pomeni še veliko več; pomeni spoštovati vsakega športnika, ne glede na morebitne telesne omejitve ali sposobnosti, mu stati ob strani in mu nuditi psihološko oporo na športni poti.

## 10 LITERATURA

- Bekiari, A., Digelidis, N in Sakelariou, K. (2006). Perceived verbal aggressiveness of coaches in volleyball and basketball: a preliminary study. *Perceptual and Motor Skills*, 103, 526–530.
- Berčič, H. (2005). Pojavnost in opredelitve športne rekreacije. V T. Kajtna in M. Tušak (ur.), *Psihologija športne rekreacije* (str. 7-26). Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
- Brackenridge, C. H., Bishop, D. T., Moussali, S. in Tapp, J. (2008). The characteristics of sexual abuse in sport: A multidimensional scaling analysis of events described in media reports. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 6(4), 385–406. Pridobljeno na <http://bura.brunel.ac.uk/bitstream/2438/2624/3/CHARACTERISTICS%20OF%20SEXUAL%20ABUSE%20IN%20SPORT.pdf>
- Brecelj Anderluh, M., Brecelj-Kobe, M., Cvetežar, I. Š., Gregorič Kumperščak, H., Kocmur, M., Lokovšek, N. ... Širaj Mažgon, K. (2015). *Strokovne smernice za obravnavo nasilja v družini pri izvajanju zdravstvene dejavnosti*. Ljubljana: Ministrstvo za zdravje. Pridobljeno na <http://www.prepoznajnasilje.si/docs/default-source/zakonodaja/strokovne-smernice-za-obravnavo-nasilja-v-dru%C5%BEini-pri-izvajanju-zdravstvene-dejavnosti.pdf?sfvrsn=0>
- Brečko, D. (2010). *Recite mobingu ne: obvladovanje psihičnega in čustvenega nasilja*. Ljubljana: Planet GV.
- Bringer, J. D., Brackenridge, C. H. in Johnston L. H. (2001). The name of the game: a review of sexual exploitation of females in sport. *Current Women's Health Reports*, 1(3), 225–231.
- Bučar Ručman, A. (ur.). (2004). *Nasilje in mladi*. Novo mesto: Klub mladinski kulturni center.
- Choi, H. H. (1995). *Taekwon-do: The korean art of self-defence* (4th ed.). New Zealand: International Taekwon-do Federation.
- David, P. (2008). The human rights of young athletes. V B. Houlihan (ur.), *Sport and society: A student introduction* (str. 106–129). Los Angeles, London, New Delhi, Singapore: Sage Publications.

- Delaney, T. (2003). Sports and deviant behavior. *Philosophy Now*, 41, 6–7.
- Delaney, T. in Madigan, T. (2009). *The sociology of sports: an introduction*. London: McFarland & Company.
- Donnelly, P. (2008). Sport and social theory. V B. Houlihan (ur.), *Sport and society: A student introduction* (str. 11–32). Los Angeles, London, New Delhi, Singapore: Sage Publications.
- Doupona Topič, M. in Petrović, K. (2007). *Šport in družba: sociološki vidiki*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
- Društvo za nenasilno komunikacijo [DNK]. (n. d.). *Kaj je nasilje?* Pridobljeno na <http://www.drustvo-dnk.si/o-nasilju/kaj-je-nasilje.html>
- Fong, S. S. M. in Ng, S. S. M. (2014). Korean martial arts and health - Taekwondo. V S. S. M. Fong (ur.), *Martial arts for health - translating research into practice* (str. 22–26). Pridobljeno na <http://www.esciencecentral.org/ebooks/martial-arts-for-health/pdf/martial-arts-for-health.pdf>
- Galtung, J. (1969). Violence, peace and peace research. *Journal of Peace Research*, 6(3), 167–191. Pridobljeno na [http://www2.kobe-u.ac.jp/~alexroni/IPD%202015%20readings/IPD%202015\\_2/Galtung\\_Violence,%20Peace,%20and%20Peace%20Research.pdf](http://www2.kobe-u.ac.jp/~alexroni/IPD%202015%20readings/IPD%202015_2/Galtung_Violence,%20Peace,%20and%20Peace%20Research.pdf)
- Gasparini, W. (2010). What do we mean when we speak of discrimination in sport? V W. Gasparini in C. Talleu (ur.), *Sport and discrimination in Europe* (str. 11–17). Pridobljeno na <http://www.coe.int/t/DG4/EPAS/resources/6722-4-ID8707-Sport%20and%20discrimination%20in%20Europe.pdf>
- Göral, M. (2008). Violence and fair play in sport. *Pakistan Journal of Social Sciences*, 5(6), 502–513. Pridobljeno na <http://docsdrive.com/pdfs/medwelljournals/pjssci/2008/502-513.pdf>
- Gorenc, T. (2014). *Prikrito nasilje v športu* (Diplomsko delo). Ljubljana: Fakulteta za varnostne vede.
- Gratton, C. in Taylor, P. (2000). *Economics of sport and recreation: An economic analysis*. London, New York: Taylor & Francis.

- Hosta, M. (2005). *Pozitivna diskriminacija in strpnost v športu*. Pridobljeno na <http://www.sportikus.org/wp-content/uploads/2012/12/Diskriminacija-inStrpnost-v-sportu-dr.-Milan-Hosta.pdf>
- Hosta, M. (2007). *Etika športa: manifest za 21. stoletje*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
- Houlihan, B. (2008). Politics, power, policy and sport. V B. Houlihan (ur.), *Sport and society: A student introduction* (str. 33–55). Los Angeles, London, New Delhi, Singapore: Sage Publications.
- International Taekwon-Do Federation [ITF]. (2016). *ITF tournament rules*. Pridobljeno na [http://itftkd.org/pics/texte/ITF\\_Tournament\\_Rules\\_\\_2016.pdf](http://itftkd.org/pics/texte/ITF_Tournament_Rules__2016.pdf)
- Isoard-Gauthier, S., Guillet-Descas, E. in Duda, J. (2013). How to achieve in elite training centers without burning out? An achievement goal theory perspective. *Psychology of Sport and Exercise*, 14(1), str. 72–83.
- Kajtna, T. in Jeromen, T. (2007). *Šport z bistro glavo: utrinki iz športne psihologije za mlade športnike*. Trbovlje, Ljubljana: samozaložba.
- Kaplan, Y., Tekinay D. in Uğurlu, A. (2013). Social status of sport: Sport as a social event, phenomenon and institution. *International Journal of Science Culture and Sport*, 1(4), 64–69. Pridobljeno na [http://www.iscsjournal.com/Makaleler/588422276\\_8ugurlu.pdf](http://www.iscsjournal.com/Makaleler/588422276_8ugurlu.pdf)
- Kavanagh, E. (2014). *The dark side of sport: Athlete narratives of maltreatment in high performance environments* (Doktorska disertacija). Poole: Bournemouth University. Pridobljeno na <http://eprints.bournemouth.ac.uk/21488/1/PhD%20EK%20Final%20282%29.pdf>
- Kay, T. in Jeans, R. (2008). Women, sport and gender inequity. V B. Houlihan (ur.), *Sport and society: A student introduction* (str. 130–154). Los Angeles, London, New Delhi, Singapore: Sage Publications.
- Kazenski zakonik (KZ-1-UPB2). (2012, 2015, 2016). *Uradni list RS*, (50/12, 54/15, 6/16, 38/16).
- Kobal Grum, D., Kobal Tomc, B., Celeste, M., Dremelj, P., Smolej Jež, S. in Nagode, M. (2009). *Sociopsihološki vidiki izobraževanja oseb s posebnimi potrebami*.

Ljubljana: Pedagoški inštitut. Pridobljeno na <http://www.dlib.si/?URN=URN:NBN:SI:doc-PU4KSVFF>

- Kogovšek, N. in Petković, B. (2007). *O diskriminaciji: priročnik za novinarke in novinarje*. Ljubljana: Mirovni inštitut, Inštitut za sodobne družbene in politične študije.
- Kreider, R. B., Wilborn, C. D, Taylor, L., Cambell, B., Almanda, A. L., Collins, R. ... Antonio, J. (2010). ISSN exercise & sport nutrition review: research & recommendations. *Journal of the International Society of Sports Nutrition*, 7(7), str. 1–43. Pridobljeno na <https://www.biomedcentral.com/content/pdf/1550-2783-7-7.pdf>
- Kuhar, R. (2006). Homofobija: kultura strahu pred homoseksualnostjo. *Teorija in praksa*, 43 (3-4), 540–556.
- Kuhar, R. (2009). *Na križiščih diskriminacije: večplastna in intersekcijska diskriminacija*. Ljubljana: Mirovni inštitut.
- Kuhar, R., Guzelj, P., Drolc, A. in Zabukovec, K. (1999). *O nasilju: priročnik za usposabljanje*. Ljubljana: Društvo za nenasilno komunikacijo.
- Lamovec, T. in Rojnik, A. (1978). *Agresivnost*. Ljubljana: Univerzum.
- Lang, M. (2010). Intensive training in youth sport: A new abuse of power? V K. K. P. Vanhoutte in M. Lang (ur.), *Bullying and the abuse of power* (str. 57–64). Oxford: Inter-Disciplinary Press. Pridobljeno na <https://www.inter-disciplinary.net/wp-content/uploads/2009/10/lang.pdf>
- Lužar, M. (2013). *Preverjanje ustreznosti vprašalnika Rest - Q za ugotavljanje pretreniranosti* (Diplomsko delo). Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Marjoribanks, T. in Farquharson, S. (2012). *Sport and society in the global age*. Basingstoke (Hampshire), New York: Palgrave Macmillan.
- Ministrstvo za šolstvo in šport. (1999). Evropska listina o športu. V Z. Verovnik (ur.), *Mednarodni akti na področju športa: Mednarodne konvencije in listine v športu* (str. 83–92). Pridobljeno na [http://www.mizs.gov.si/fileadmin/mizs.gov.si/pageuploads/podrocje/mednarodno/sport/pdf/mednarodni\\_akti\\_sport.pdf](http://www.mizs.gov.si/fileadmin/mizs.gov.si/pageuploads/podrocje/mednarodno/sport/pdf/mednarodni_akti_sport.pdf)

- Mugnaioni Lešnik, D., Koren, A., Logaj, V. in Brejc, M. (2009). *Nasilje v šoli: opredelitev, prepoznavanje, preprečevanje in obravnava*. Kranj: Šola za ravnatelje.
- Novak, A.-A. (2013). *Psihično nasilje pri standardnih in latinsko-ameriških plesih* (Diplomsko delo). Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Oman, M. (2011). Doživljanje institucionalnega nasilja z vidika otrok in mladostnikov, nameščenih v vzgojni zavod. *Socialna pedagogika*, 15(4), 365–382.
- Osredkar, J. (2003). Doping, kaj je to in kdaj? *Medicinski razgledi*, 42(4), 369–399.
- Petrović, K. (1989). Kršitve človekovih svoboščin in pravic v športu. V R. Šugman in M. Žvan (ur.), *Jugoslovansko posvetovanje Nasilje in šport* (str. 8–20). Ljubljana: Fakulteta za telesno kulturo, Zveza za telesno kulturo Jugoslavije.
- Petrović, K. in Doupona, M. (1996). *Sociologija športa*. Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Pihlar, T. (19. 2. 2010). Športni filozof dr. Milan Hosta: "Petra je tvegala tisto, kar je sveto - življenje." *Dnevnik.si*. Pridobljeno na <https://www.dnevnik.si/1042338808>
- Pintar, M., Pinter, F. in Flere, J. (2009). *Odprto pismo Vladi Republike Slovenije*. Pridobljeno na <https://zsis.files.wordpress.com/2009/12/odprto-pismo-vladi-rs3.pdf>
- Polenšek, J. (2008). *Vpliv športne panoge na motnje hranjenja pri športnicah in športnikih* (Diplomsko delo). Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Pušnik, M. (1999). *Vrstniško nasilje v šolah*. Ljubljana: Zavod Republike Slovenije za šolstvo.
- Ramirez, J. M. (2010). The usefulness of distinguishing types of aggression by function. *International Social Science Journal* 61(200-201), 263–272. Pridobljeno na [http://eprints.ucm.es/13720/1/378\\_JMR\\_ISSJ\\_1762\\_Usefulness\\_of\\_A.pdf](http://eprints.ucm.es/13720/1/378_JMR_ISSJ_1762_Usefulness_of_A.pdf)
- Ramirez, J. M. in Andreau, J. M. (2003). Aggression's typologies. *Revue Internationale de Psychologie Sociale* 16(3), 125–141. Pridobljeno na <http://eprints.ucm.es/10001/1/AggTyp-Ramirez.pdf>

- Resolucija o Nacionalnem programu športa v Republiki Sloveniji za obdobje 2014-2023 [ReNPŠ14-23]. (2014). *Uradni list*, (26/14).
- Smrdu, M., Pinter, S. in Hosta, M. (2005). *Športna morala*. Ljubljana: Zavod za fair play in strpnost v športu.
- Stanko, A. E. (2005). Introduction: Conceptualising the meanings of violence. V A. E. Stanko (ur.), *The meanings of violence* (str. 1–13). London, New York: Routledge.
- Svetovna zdravstvena organizacija [WHO]. (2003). *Guidelines for medico-legal care for victims of sexual violence*. Geneva: World Health Organization. Pridobljeno na <http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/42788/1/924154628X.pdf>
- Šugman, R. (1997). *Zgodovina svetovnega in slovenskega športa*. (3. izd.). Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Šugman, R. (2006). Dileme in perspektive slovenskega športa doma in v združenju Evropi. *Teorija in praksa*, 43(3/4), 373–385. Pridobljeno na [http://dk.fdv.uni-lj.si/db/pdfs/tip20063-4\\_Sugman.pdf](http://dk.fdv.uni-lj.si/db/pdfs/tip20063-4_Sugman.pdf)
- Šugman, R., Bednarik, J., Doupona Topič, M., Jurak, G., Kolarič, B., Kolenc, M. ... Tušak, M. (2006). *Športni menedžment*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
- Šugman, R., Doupona Topič, M., Hosta, M. in Šolar, A. (2013). *Olimpizem: priročnik Olimpijskega komiteja Slovenije - Združenja športnih zvez in Slovenske olimpijske akademije*. Ljubljana: Olimpijski komite Slovenije - Združenje športnih zvez, Slovenska olimpijska akademija.
- Takač, I., Arko, D. in Kos, D. (2012). Spolna zloraba. *Zdravniški vestnik*, 81(11), 801–806.
- Temnik, S. (2010). Čustvena zloraba otrok: Vreden sem toliko kot me imajo radi. *Psihološka obzorja*, 19(2), 129–141.
- The Olympic Museum. (2007). *The olympic symbols*. Pridobljeno na [https://stillmed.olympic.org/Documents/Reports/EN/en\\_report\\_1303.pdf](https://stillmed.olympic.org/Documents/Reports/EN/en_report_1303.pdf)



- Thomas, N. (2008). Sport and disability. V B. Houlihan (ur.), *Sport and society: A student introduction* (str. 205–229). Los Angeles, London, New Delhi, Singapore: Sage Publications.
- Tkalec, L. (2001). Šikaniranje. *Teorija in praksa*, 38(5), 908–926.
- Tušak, M. in Bednarik, J. (2002). *Nekateri psihološki, socialni in ekonomski vidiki športa v Sloveniji*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za kineziologijo.
- Tušak, M. in Tušak, M. (2003). *Psihologija športa*. Ljubljana: Znanstveni inštitut Filozofske fakultete.
- Ule, M. (2009). *Socialna psihologija: analitični pristop k življenju v družbi*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
- Ušaj, A. (2003). *Kratek pregled osnov športnega treniranja*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
- Verboten, T. (2007). *"Raje dajem kot dobim": o taekwondo-ju, športu in druženju* (Diplomsko delo). Ljubljana: Filozofska fakulteta.
- Virk, J. (1. 5. 2015). Janez Virk: Vrhunski šport in varstvo otrokovih pravic. *Reporter.si*. Pridobljeno na <http://reporter.si/clanek/kolumnisti/janez-virk-vrhunski-sport-in-varstvo-otrokovih-pravic-480306>
- Vodeb, R. (2002). *Subjekt v ideologiji (športa)*. Trbovlje: Fit.
- Vodeb, R. (2005). *Interpretacija športa*. Trbovlje: Fit.
- Zajc, K. (28. 4. 2010). Čustvena zloraba. *Viva.si*. Pridobljeno na <http://www.viva.si/Psihologija-in-odnosi/96/%C4%8Custvena-zloraba>
- Zakon o spremembah in dopolnitvah Zakona o preprečevanju nasilja v družini (ZPND-A). (2016). *Uradni list RS*, (68/16).
- Zakon o športu [ZSpo]. (1998). *Uradni list RS*, (22/98).
- Žiberna, L. (2014). Nenamerni doping v športu. *Medicinski razgledi*, 53(4), 503–526.
- Žigon, N. (24. 5. 2010). Verbalno nasilje. *Viva.si*. Pridobljeno na <http://www.viva.si/Psihologija-in-odnosi/3506/Verbalno-nasilje#>

Živanović, N. in Ranđelović, N. (2011). Registered forms of violence in sport.  
*Activities in Physical Education & Sport*, 1(2), 205–209.

# 11 PRILOGE

## Priloga 1: Anketni vprašalnik

### ANKETNI VPRAŠALNIK

Pozdravljeni.

Sem Saša Sirše, študentka magistrskega študija na Fakulteti za varnostne vede v Ljubljani. Svoj študij zaključujem z raziskavo, v kateri analiziram različne vidike vrhunskega športa z vidika posameznega športnika. Magistrsko nalogo delam na primeru borilne veščine taekwon-do.

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 magistrske naloge. Vsi odgovori bodo predstavljeni zgolj v zbirni obliki, tako da nihče ne bo mogel ugotoviti vaših konkretnih odgovorov.

Prosim vas za iskrene odgovore.

Saša Sirše

V nadaljevanju vas prosim, da ocenite nekatere značilnosti vašega trenerja v klubu in reprezentančnega trenerja. 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. Posebej označite za trenerja v matičnem klubu in reprezentančnega trenerja, s katerim ste sodelovali na zadnjem tekmovanju.

	Trener v matičnem klubu					Reprezentančni trener				
daje povratne informacije	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
dopušča mi samostojne odločitve	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
je lahko dostopen	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
mu je vseeno zame	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
naklonjen je strogemu treningu, ki je usmerjen k realizaciji ciljev	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
ne dopušča razpravljanja	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
o pomembnejših odločitvah se trener posvetuje s tekmovalci	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
pri treningih me dobro usmerja	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
s trenerjem se dobro razumem	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5

	Trener v matičnem klubu	Reprezentančni trener
sam odloča in planira aktivnosti, povezane z mano	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
sprejema in spoštuje moje mnenje, odločitve	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
trener je pogosto nesramen do drugih tekmovalcev	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
trener je pogosto nesramen do mene	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
trener me kritizira	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
trener me motivira pred treningom ali tekmo	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
trener me spodbuja	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
trener me žali ali ponižuje	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
trener pogosto ukazuje in prepoveduje	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
trener rad daje nasvete, ko se obrnem nanj	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
trener tekmovalcem pušča proste roke	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
trener zahteva brezpogojno ubogljivost	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
uporablja dvosmerno komunikacijo	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
z njim je lahko komunicirati	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5

Ocenite prosim vedenje trenerja 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. Posebej označite za trenerja v matičnem klubu in reprezentančnega trenerja, s katerim ste sodelovali na zadnjem tekmovanju.

	Trener v matičnem klubu	Trener reprezentance
se jezi name in mi v jezi našteje napake	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
se jezi name in mi ne pove napak	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
krivi me za poraz	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
me ignorira	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
kritično mi pove moje napake in tudi dobre stvari	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
mu je vseeno	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
me tolaži, da bo drugič bolje	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
je žaljiv do mene	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5

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. Posebej označite za trenerja v matičnem klubu in reprezentančnega trenerja, s katerim ste sodelovali na zadnjem tekmovanju.

	Trener v matičnem klubu	Trener reprezentance
me motivira, sprejemem kot izziv za boljši nastop	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
se ne obremenjujem z njegovim vedenjem	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
me razjezi	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
občutim krivdo, ponižanje	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
mi je vseeno	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
me vrže iz tira	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
najraje bi se odpovedal tekmovanju	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5

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 močno strinjate.

V reprezentanco so povabljeni le najboljši športniki v svojih kategorijah.	1 2 3 4 5
Če trener kriči name, me s tem še bolj spodbuja in še boljše 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 trenerja ali sotekmovalcev, posmehovanju, izločitvi iz ekipe), sem pripravljen trenirati kljub bolečinam in poškodbam.	1 2 3 4 5
Bolečine, poškodbe ter tveganja zanje so del športa in tekmovalci morajo to sprejeti.	1 2 3 4 5
Dosežki športnikov se ne morejo primerjati z dosežki športnic.	1 2 3 4 5
Moški športi so več vredni kot ženski športi.	1 2 3 4 5
Ženske morajo biti trenirane na enak način kot moški.	1 2 3 4 5
Borilne veščine niso primeren šport za ženske, temveč le za moške.	1 2 3 4 5
Straši od mene pričakujejo boljše rezultate.	1 2 3 4 5
Kritika drugače deluje na moške kot ženske. Kritike bolj užalijo ženske kot moške.	1 2 3 4 5
Ker trenerke bolje razumejo probleme, s katerimi se soočajo športnice, jim lažje stojijo ob strani na tekmah.	1 2 3 4 5
Vseeno mi je, če me trenira trener ali pa trenerka.	1 2 3 4 5
Ženske se v vlogi trenerja znajdejo enako dobro 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 srečuješ nikoli, 2 - redko, 3 - občasno, 4 - pogosto, 5 - zelo pogosto. Posebej označite za trenerja v matičnem klubu in reprezentančnega trenerja, s katerim ste sodelovali na zadnjem tekmovanju.

	V matičnem klubu	Reprezentanca
čustveno izsiljevanje	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
fizično nasilje (npr. odrivanje, klofutanje, lasanje, brcanje)	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
govorjenje tekmovalcu, da je ničvreden	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
grožnja s pretepanjem (palico ali drugim predmetom)	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
ignoriranje tekmovalca	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
izbruhi jeze	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
kretnje s seksualno vsebino	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
laganje	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
ljubosumnost	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
metanje predmetov v tekmovalca (npr. športni rekviziti)	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
nadzor nad življenjem tekmovalca zunaj telovadnice	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
namerno poškodovanje tekmovalca	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
neetično, nešportno obnašanje	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
nepriprimerni, opolzki komentarji	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
nepriprimerno stiskanje, dotikanje in poljubljanje	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
nezaželene šale na račun seksa, spolnosti	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
odrekanje hrane, hujšanje	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
otipavanje	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
povzročanje strahu (z grožnjami, zahtevami)	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
preklinjanje	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
pripombe o telesu tekmovalca	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
siljenje, nagovarjanje v spolne aktivnosti	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
slačenje odraslih pred mlajšimi tekmovalci	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
telesna poškodba zaradi prenapornih treningov, pretreniranosti	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
treniranje, tekmovanje kljub bolečini, poškodbi, izčrpanosti	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
uporaba dodatnih vaj kot oblika kazni	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
uporaba fizične sile, ki se kaže v bolečini, zadajanju neudobja	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5
uporaba palice ali drugega predmeta kot grožnje za povzročanje bolečine	1 2 3 4 5	1 2 3 4 5

	V matičnem klubu					Reprezentanca				
ustvarjanje slabih, neprimernih mnenj o tekmovalcu na podlagi stereotipov	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
valjenje krivde na tekmovalca za vse nastale probleme	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
verbalno nasilje, kričanje, zmerjanje	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
vizualno spolno nadlegovanje (opazovanje, razkazovanje golega telesa)	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
zahteva po uporabi nedovoljenih poživil	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
zbadanje, posmehovanje, poniževanje glede videza, prijateljev, družine, inteligentnosti, navad, življenjskega stila tekmovalca	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
žaljenje, norčevanje	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5

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

trener reprezentance	1	2	3	4	5
trener v matičnem klubu	1	2	3	4	5
sotekmovalci na treningu	1	2	3	4	5
starši	1	2	3	4	5
sponzorji	1	2	3	4	5
gledalci	1	2	3	4	5

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

trener reprezentance	1	2	3	4	5
trener v matičnem klubu	1	2	3	4	5
sotekmovalci na treningu	1	2	3	4	5
starši	1	2	3	4	5
sponzorji	1	2	3	4	5
gledalci	1	2	3	4	5

Za potrebe statistične analize potrebujemo tudi nekaj demografskih podatkov.

**Spol:**

- a) Moški
- b) Ženska

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

**V kateri starostni kategoriji tekmuješ?**

- a) Dečki in deklice (do 13 let)
- b) Mlajši mladinci in mladinke (14 do 15 let)
- c) Starejši mladinci in mladinke (16 do 17 let)
- d) Člani in članice (18 do 39 let)
- e) Veterani in veteranke (nad 40 let)

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

**Kdaj si začel/-a trenirati taekwon-do (starost)?** \_\_\_\_\_

**Koliko let že aktivno tekmuješ?** \_\_\_\_\_ let

**Koliko let že tekmuješ kot član/-ica slovenske taekwon-do reprezentance?**  
\_\_\_\_\_ let

**Napiši svoje najboljše rezultate z največjih tekmovanj - DP, EP, SP (v kolikor še nisi tekmoval/-a na EP ali SP označi z X):**

a) DP:

---

---

---

b) EP:

---

---

---

c) SP:

---

---

---



Priloga 2: Pogostost srečevanja z oblikami nasilja

	Primer nasilne situacije	Povpr.	St. odklon	Doživljanje nasilne situacije (v %)				
				nikoli	redko	občasno	pogosto	zelo pogosto
FIZIČNO NASILJE	fizično nasilje (odrivanje, brcanje, klofutanje, lasanje,)	1,00	0,00	100,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	grožnja s pretepanjem (palico, drugim predmetom)	1,19	0,62	88,9	7,4	0,0	3,7	0,0
	metanje predmetov v tekmovalca (npr. športni rekviziti)	1,15	0,60	92,6	3,7	0,0	3,7	0,0
	namerno poškodovanje tekmovalca	1,19	0,56	88,9	3,7	7,4	0,0	0,0
	neetično, nešportno obnašanje	1,22	0,51	81,5	14,8	3,7	0,0	0,0
	odrekanje hrane, hujšanje	2,81	1,39	25,9	14,8	22,2	25,9	11,1
	telesna poškodba zaradi prenapornih treningov, pretreniranosti	1,74	1,02	51,9	33,3	7,4	3,7	3,7
	treniranje, tekmovanje kljub bolečini, poškodbi, izčrpanosti	2,70	1,33	22,2	25,9	22,2	18,5	11,1
	uporaba dodatnih vaj kot obliko kazni	2,37	1,47	40,7	18,5	18,5	7,4	14,8
	uporaba fizične sile, ki se kaže v bolečini, zadajanju neudobja	1,11	0,32	88,9	11,1	0,0	0,0	0,0
	uporaba palice ali drugega predmeta kot grožnje za povzročanje bolečine	1,11	0,58	96,3	0,0	0,0	3,7	0,0
	zahteva po uporabi nedovoljenih poživil	1,04	0,19	96,3	3,7	0,0	0,0	0,0
	<b>Skupaj (fizično nasilje)</b>	<b>1,55</b>	<b>0,72</b>	<b>72,8</b>	<b>11,4</b>	<b>6,8</b>	<b>5,6</b>	<b>3,4</b>
PSIHIČNO NASILJE	čustveno izsiljevanje	1,07	0,27	92,6	7,4	0,0	0,0	0,0
	govorjenje tekmovalcu, da je ničvreden	1,19	0,68	92,6	0,0	3,7	3,7	0,0
	ignoriranje tekmovalca	1,26	0,66	85,2	3,7	11,1	0,0	0,0
	izbruhi jeze	2,04	1,48	55,6	18,5	7,4	3,7	14,8
	laganje	1,15	0,36	85,2	14,8	0,0	0,0	0,0
	ljubosumnost	1,22	0,51	81,5	14,8	3,7	0,0	0,0
	nadzor nad življenjem tekmovalca izven telovadnice	1,04	0,19	96,3	3,7	0,0	0,0	0,0

	Primer nasilne situacije	Povpr.	St. odklon	Doživljanje nasilne situacije (v %)				
				nikoli	redko	občasno	pogosto	zelo pogosto
	povzročanje strahu (z grožnjami, zahtevami)	1,04	0,19	96,3	3,7	0,0	0,0	0,0
	preklinjanje	2,11	1,40	48,1	22,2	11,1	7,4	11,1
	ustvarjanje slabih, neprimernih mnenj o tekmovalcu na podlagi stereotipov	1,11	0,42	92,6	3,7	3,7	0,0	0,0
	valjenje krivde na tekmovalca za vse nastale probleme	1,15	0,36	85,2	14,8	0,0	0,0	0,0
	verbalno nasilje, kričanje, zmerjanje	1,59	1,25	77,8	3,7	7,4	3,7	7,4
	zbadanje, posmehovanje, poniževanje glede videza, prijateljev, navad življenjskega stila tekmovalca	1,33	0,96	85,2	7,4	0,0	3,7	3,7
	žaljenje, norčevanje	1,33	0,78	81,5	7,4	7,4	3,7	0,0
	<b>Skupaj (psihično nasilje)</b>	<b>1,33</b>	<b>0,68</b>	<b>82,6</b>	<b>9,0</b>	<b>4,0</b>	<b>1,9</b>	<b>2,6</b>
SPOLNO NASILJE	neprimerni, opolzki komentarji	1,33	0,78	81,5	7,4	7,4	3,7	0,0
	kretnje s seksualno vsebino	1,07	0,39	96,3	0,0	3,7	0,0	0,0
	neprimerno stiskanje, dotikanje, poljubljanje	1,00	0,00	100,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	nezaželene šale na račun seksa, spolnosti	1,23	0,97	88,5	3,9	3,9	3,8	0,0
	otipavanje	1,00	0,00	100,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	pripombe o telesu tekmovalca	1,26	0,59	81,5	11,1	7,4	0,0	0,0
	siljenje, nagovarjanje v spolne aktivnosti	1,00	0,00	100,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	slačenje odraslih pred mlajšimi tekmovalci	1,22	0,58	85,2	7,4	7,4	0,0	0,0
	vizualno spolno nadlegovanje (opazovanje, razkazovanje golega telesa)	1,11	0,42	92,6	3,7	3,7	0,0	0,0
	<b>Skupaj (spolno nasilje)</b>	<b>1,14</b>	<b>0,41</b>	<b>91,7</b>	<b>3,7</b>	<b>3,7</b>	<b>0,8</b>	<b>0,0</b>
<b>SKUPAJ (vse oblike nasilja)</b>	<b>1,36</b>	<b>0,62</b>	<b>81,6%</b>	<b>8,5%</b>	<b>4,9%</b>	<b>2,9%</b>	<b>2,2%</b>	