

# Dječja prava u sportu - pregled dosadašnjih istraživanja

---

**Basler, Franko**

**Master's thesis / Diplomski rad**

**2024**

*Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj:* **University of Zagreb, Faculty of Kinesiology / Sveučilište u Zagrebu, Kineziološki fakultet**

*Permanent link / Trajna poveznica:* <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:117:434863>

*Rights / Prava:* [Attribution 4.0 International](#)/[Imenovanje 4.0 međunarodna](#)

*Download date / Datum preuzimanja:* **2025-04-02**



*Repository / Repozitorij:*

[Repository of Faculty of Kinesiology, University of Zagreb - KIFoREP](#)



**SVEUČILIŠTE U ZAGREBU  
KINEZIOLOŠKI FAKULTET**

**Franko Basler**

**DJEČJA PRAVA U SPORTU – pregledni rad**

diplomski rad

Zagreb, lipanj 2024. godine

## TEMELJNA DOKUMENTACIJSKA KARTICA

### DIPLOMSKI RAD

**Sveučilište u Zagrebu**  
**Kineziološki fakultet**  
Horvaćanski zavoj 15, 10000 Zagreb, Hrvatska

**Naziv studija:** Kineziologija; **smjer:** Kineziologija u edukaciji i sportskom menadžmentu

**Vrsta studija:** sveučilišni

**Razina kvalifikacije:** integrirani prijediplomski i diplomski sveučilišni studij

**Studij za stjecanje akademskog naziva:** sveučilišni magistar kineziologije u edukaciji i sportskom menadžmentu (univ. mag. cin.)

**Znanstveno područje:** Društvene znanosti

**Znanstveno polje:** *Kineziologija*

**Vrsta rada:** Znanstveno - istraživački diplomski rad

**Diplomski rad "Dječja prava u sportu – pregledni rad"** je prihvaćena od strane Povjerenstva za diplomske radove Kineziološkog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu u akademskoj godini 2022./2023. dana 2. veljače 2023.

**Mentor:** doc. dr. sc. Ana Žnidarec Čučković

**Pomoć pri izradi:** doc. dr. sc. Ana Žnidarec Čučković

**DJEČJA PRAVA U SPORTU – pregledni rad**  
**Franko Basler, 0034080972**

**Sastav Povjerenstva za ocjenu i obranu diplomskog rada i diplomskog ispita:**

1. doc. dr. sc. Ana Žnidarec Čučković (mentor/predsjednik)
2. izv. prof. dr. sc. Jadranka Vlašić (član)
3. izv. prof. dr. sc. Sanja Šalaj (član)
4. prof. dr. sc. Igor Jukić (zamjenski član)

**Rad je u tiskanom i elektroničkom (pdf format) obliku pohranjen** u Knjižnici Kineziološkog fakulteta, Horvaćanski zavoj 15, Zagreb

## BASIC DOCUMENTATION CARD

### DIPLOMA THESIS

**University of Zagreb**  
**Faculty of Kinesiology**  
Horvaćanski zavoj 15, 10000 Zagreb, Croatia

**Title of study program:** *Kinesiology; course Kinesiology in Sport management*

**Type of program:** *University*

**Level of qualification:** Integrated undergraduate and graduate

**Acquired title:** University Master of Kinesiology in Education and Sport management

**Scientific area:** Social sciences

**Scientific field:** Kinesiology

**Type of thesis:** Scientific-research

**Master thesis “Children rights in sport – review paper”** has been accepted by the Committee for Graduation Theses of the **Faculty of Kinesiology** of the University of Zagreb in the academic year (e.g. 2022/2023) on (e.g. February 2, 2023).

**Mentor:** associate prof. Ana Žnidarec Čučković

**Technical support:** associate prof. Ana Žnidarec Čučković

**CHILDREN'S RIGHTS IN SPORTS – review paper**

**Franko Basler, 0034080972**

#### **Thesis defence committee:**

1. Ana Žnidarec Čučković, associate prof. chairperson – supervisor
2. Jadranka Vlašić, associate prof. - member
3. Sanja Šalaj, associate prof. - member
4. Igor Jukić, PhD, prof. - substitute member

**Printed and electronic (pdf format) version of thesis is deposited** in Library of the Faculty of Kinesiology, Horvaćanski zavoj 15, Zagreb

Ovim potpisima se potvrđuje da je ovo završna verzija diplomskog rada koja je obranjena pred Povjerenstvom, s unesenim korekcijama koje je Povjerenstvo zahtijevalo na obrani te da je ova tiskana verzija istovjetna elektroničkoj verziji predanoj u Knjižnici.

Mentor

Doc. dr. sc. Ana Žnidarec Čučković

Student

Franko Basler

## DJEČJA PRAVA U SPORTU – pregledni rad

### Sažetak

Prava djece u sportu su važna tema koja je često zanemarena. Istraživanja u području zlostavljanja djece u sportu ukazuju da oko 20% djece koja sudjeluju u natjecateljskim sportovima doživljava oblike zlostavljanja i iskorištavanja, dok se njihovih osnovnih ljudskih prava ugrožava kod otprilike 10% djece. Oblici ugroze mogu biti različiti, a uključuju fizička i psihička zlostavljanja, te ponekad i zlouporabu i iskorištavanje. Važno je prepoznati da ovi problemi mogu varirati učestalošću i intenzitetom ovisno o vrsti sporta, ali i sustavu i dionicima istog. Postoji potreba za uspostavljanjem zaštitnih mehanizama i pridržavanjem dječjih prava u sportu kako bi se osigurala sigurna i pravedna okolina za sve sudionike. Konvencija Ujedinjenih naroda o pravima djece u određenoj mjeri štiti prava djece, a temeljne odredbe Konvencije ugrađene su i u zakonodavne regulative država na međunarodnoj razini. Unatoč tomu, pojedina kršenja prava djece u sportu, osobito u domeni zlostavljanja, nisu u potpunosti definirana ili se različito definiraju. U radu se istražuju prava djece u sportu i načini kršenja istih, a istraživanje je provedeno prikupljanjem, analizom i prezentiranjem podataka uglavnom recentnih istraživanja u vidu znanstvenih i stručnih članaka, te pravno obvezujućih dokumenata.

**Ključne riječi:** prava djece, prava djece u sportu, zlostavljanje u sportu

## **CHILDREN'S RIGHTS IN SPORTS – review paper**

### **Abstract**

Children's rights in sports are an important topic that is often neglected. Research shows that about 20% of children who participate in competitive sports experience forms of abuse and exploitation, while their basic human rights are threatened in approximately 10% of children. The forms of threat can be different, and include physical and psychological abuse, and sometimes abuse and exploitation. It is important to recognize that these problems can vary in frequency and intensity depending on the type of sport, as well as the system and its stakeholders. There is a need to establish safeguards and uphold children's rights in sport to ensure a safe and fair environment for all participants. The United Nations Convention on the Rights of the Child (UNCRC) protects children's rights to a certain extent, and the basic provisions of the Convention are incorporated into the legislative regulations of countries at the international level. Despite this, certain violations of children's rights in sports, especially in the domain of abuse, are not fully defined or are defined differently. The paper investigates the rights of children in sports and ways of violating them, and the research was carried out by collecting, analyzing and presenting data mainly from recent research in the form of scientific and professional articles and legally binding documents.

**Keywords:** children's rights, children's rights in sports, abuse in sports

## SADRŽAJ

1. UVOD.....	1
1.1. Predmet i cilj rada.....	1
1.2. Struktura rada.....	2
2. UTJECAJ SPORTA NA DJECU .....	3
2.1. Fizički utjecaj.....	6
2.2. Sociološki utjecaj.....	9
2.3. Psihološki utjecaj .....	11
2.4. Uloga roditelja .....	13
2.5. Uloga trenera.....	16
3. PRAVA DJECE U SPORTU .....	21
3.1. Konvencija Ujedinjenih naroda o pravima djeteta.....	24
3.2. Institucionalni okvir zaštite prava djece u Republici Hrvatskoj .....	28
3.4. Zaštita djece i samoregulacija sporta .....	30
3.5. Odgovornost za zaštitu djece u sportu .....	38
4. KRŠENJE PRAVA DJECE U SPORTU.....	43
4.1. Burnout .....	46
4.2. Iskorištavanje .....	49
4.3. Psihološko ili emocionalno zlostavljanje.....	50
4.4. Fizičko i seksualno zlostavljanje .....	51
4.4.1. Tjelesno zlostavljanje.....	56
4.4.2. Zanemarivanje.....	57
5. ZAKLJUČAK.....	59
LITERATURA .....	61
POPIS SLIKA I TABLICA.....	66



## **1. UVOD**

Sport je važan aspekt dječjeg života koji može imati značajan utjecaj na njihov fizički, emocionalni i socijalni razvoj. Međutim, dok djeca sudjeluju u sportskim aktivnostima, važno je osigurati da se poštuju njihova prava. Dječja prava u sportu obuhvaćaju širok spektar aspekata, uključujući pravo na sudjelovanje, pravo na zaštitu od nasilja, zlostavljanja i diskriminacije, pravo na zdravlje i sigurnost, te pravo na obrazovanje i razvoj. Unatoč postojanju tih prava, postoji i problematika kršenja dječjih prava u sportu. Djeca se ponekad suočavaju s različitim oblicima zlostavljanja, bilo fizičkog, emocionalnog ili seksualnog. Također, prisutna je i diskriminacija na temelju spola, rase, nacionalnosti ili tjelesnih sposobnosti. Prekomjerni pritisak i očekivanja mogu negativno utjecati na dječji razvoj, a nedostatak podrške i obrazovanja u vezi sa zdravom prehranom i tjelesnom aktivnošću također predstavlja problem. Važno je da se dječja prava u sportu aktivno promiču i štite kako bi se osiguralo da djeca mogu uživati u pozitivnim i sigurnim sportskim iskustvima. To zahtijeva suradnju svih dionika u sportu, uključujući sportske organizacije, trenere, roditelje i same sportaše. Osiguravanje sigurnog i poticajnog okruženja za djecu u sportu treba biti prioritet kako bi se osigurao njihov zdravi razvoj i dobrobit.

### **1.1. Predmet i cilj rada**

U radu se obrađuje kompleksna tema prava djece u sportu. Naime, iako sport već od najranije dobi pruža brojne benefite ne samo fizičkom, već i psihičkom razvoju djece, sport i bavljenje sportskim aktivnostima, osobito u natjecateljskom obliku, može negativno utjecati na dijete. Zlostavljanje u sportu nažalost nije rijetko, a od istog nisu izuzeta ni djeca. Sport bi trebao pružati zadovoljstvo i graditi snažan, natjecateljski duh te potaknuti razvoj pozitivnih obrazaca ponašanja usmjerenih na cjeloviti razvoj. Nerijetko je sudjelovanje u sportskim aktivnostima djece podložno ambicijama roditelja ili trenera, pri čemu se ne poštuju ni želje ni mogućnosti djeteta, prilikom čega se između ostalog krše i djetetova prava. Zaštita prava djece u sportu zasebna je kategorija kojoj posebnu pažnju pridaju mnoge nacionalne i međunarodne institucije, što također svjedoči važnosti rješavanja ovog problema. Cilj ovog rada je istražiti i prikazati prava djece u sportu. Samim time, cilj rada je istražiti koja se prava djece krše u

sportu, s naglaskom na natjecateljske sportove. Također, u tom vidu se analizom provedenih istraživanja želi utvrditi uloga roditelja i trenera u sportskim aktivnostima djeteta, te na koji način i iz kojih razloga vrše pritisak na dijete, te kako se to reflektira na djecu u kontekstu nepoštivanja njihovih prava.

## **1.2. Struktura rada**

Rad je strukturiran u pet cjelina, uključujući uvod i zaključak. U uvodu se čitatelja uvodi u temu rada, predmet i cilj, metode istraživanja i samu strukturu rada. Drugi dio se odnosi na utjecaj sporta na djecu gdje su obrađeni svi aspekti utjecaja sporta na djecu, uključujući ulogu roditelja i trenera. Treći dio rada obrađuje prava djece u sportu sukladno domaćim i međunarodnim pravnim aktima. Četvrti dio se odnosi na načine i manifestacije kršenja prava djece u sportu. Posljednji dio odnosi se na zaključak u kojem autor iznosi završne misli i zaključke do kojih se došlo istraživanjem.

## 2. UTJECAJ SPORTA NA DJECU

Sport se može definirati kao natjecateljska aktivnost koja uključuje fizički napor i vještinu, gdje se pojedinci ili timovi natječu jedni protiv drugih radi zabave. Može uključivati umjerenu ili visoko intenzivnu tjelesnu aktivnost (Somerset, Hoare, 2018). Sport, koji uključuje organizirane i natjecateljske aktivnosti, popularan je oblik provođenja slobodnog vremena na globalnoj razini. Stope sudjelovanja razlikuju se među zemljama, s višim stopama bavljenja sportom u zemljama s visokim dohotkom. Pristup sportskim objektima i mogućnosti sudjelovanja mogu varirati unutar i između zemalja, naglašavajući potrebu za jednakim i pristupačnim mogućnostima (Bjørnarå i sur., 2021).

Prema Međunarodnoj povelji o tjelesnom odgoju, tjelesnoj aktivnosti i sportu (2015), tjelesni odgoj, tjelesna aktivnost i sport nude brojne dobrobiti pojedincima, obiteljima, zajednicama i društvu. Sport i tjelesna aktivnost poboljšavaju opću dobrobit i zdravlje, unaprjeđujući izdržljivost, snagu, fleksibilnost, koordinaciju, ravnotežu i kontrolu. Ove aktivnosti također imaju pozitivne učinke na mentalno zdravlje, smanjujući stres i promičući samopouzdanje, samopoštovanje i kognitivne funkcije. Bavljenje tjelesnim odgojem i sportom potiče društvene veze, prihvaćanje i pozitivne stavove, zbližavajući ljude iz različitih sredina. Štoviše, bavljenje sportom pridonosi prevenciji i rehabilitaciji rizičnih pojedinaca, dok društvo u cjelini dobiva zdravstvene, socijalne i ekonomske prednosti, uključujući smanjene troškove zdravstvene skrbi, povećanu produktivnost i jače veze zajednice.

Tjelesni odgoj u djetinjstvu često služi kao uvod u sport i ima ključnu ulogu u oblikovanju budućeg bavljenja sportom u djece. Bavljenje sportom donosi brojne dobrobiti za psihičko i tjelesno zdravlje djece, kao i njihov školski uspjeh. Istraživanja su opsežno dokumentirala prednosti bavljenja sportom za fizičko zdravlje, a postoji i sve veći broj dokaza koji također ističu dobrobiti za psihološko i mentalno zdravlje (Somerset i sur., 2018).

Djeca koja se bave sportom obično su sretnija, a sport im omogućuje višu razinu mentalnog i fizičkog zdravlja u usporedbi s djecom koja ne sudjeluju u sportskim aktivnostima. Redovito bavljenje sportom također se povezuje s boljom kvalitetom života. Unatoč ovim dobro poznatim dobrobitima, djeca sve više vode sjedilački način života, što je povezano s većim rizikom od pretilosti i kroničnih bolesti poput dijabetesa i bolesti koronarnih arterija (Somerset,

Hoare, 2018). Sport igra ključnu ulogu u osiguravanju da djeca i mladi odrasli postignu preporučenu razinu tjelesne aktivnosti.

Prema Izvršnom uredu za zdravlje i sigurnost, energične aktivnosti poput plivanja, trčanja ili nogometa trebale bi se provoditi najmanje tri dana u tjednu kako bi se ojačali mišići i kosti. Svjetska zdravstvena organizacija (eng. World Health Organization – WHO) daje dodatne smjernice prema kojima djeca trebaju biti tjelesno aktivna najmanje 60 minuta dnevno, što može uključivati aktivnosti poput hodanja do škole, penjanja stepenicama i vožnje bicikla. Također se preporučuje da djeca uvrste trening s opterećenjem u svoju rutinu barem dva do tri puta tjedno kako bi ojačali svoje mišiće i kosti.

Studija provedena u Europi koja se fokusirala na djecu od 9 do 15 godina otkrila je pad sudjelovanja u sportu u svim dobnim skupinama i zemljama. Nažalost, ovaj je trend prisutan u cijelom svijetu, a procjene pokazuju da 80% djece u dobi od 13 do 15 godina ne ostvaruje preporučenu količinu tjelesne aktivnosti, uključujući sport (Somerset, Hoare, 2018). U Europskoj uniji (EU) naglašena je sportska politika utemeljena na dokazima, s fokusom na zaštitu prava djece i promicanje rodne ravnopravnosti u sportu. Razumijevanje odnosa između organiziranog sudjelovanja u sportu i zdravstvenih ishoda ključno je za informirani razvoj sportske politike (Bjørnara i sur., 2021).

Sport ima utjecaj na djecu u više segmenata među kojima se osobito ističu fizički, sociološki i psihološki utjecaj, te su u ovom poglavlju detaljno pojašnjeni. Također, nesporna je i velika uloga roditelja i trenera u bavljenju djeteta sportom, pri čemu njihov utjecaj može djelovati pozitivno, ali u pojedinim slučajevima i negativno na bavljenje sportom u djece. Sport ima pozitivan pedagoški utjecaj na djecu jer potiče fizički razvoj, promiče zdravlje, razvija socijalne vještine, povećava samopouzdanje, uči o gubicima i pobjedama, razvija disciplinu i upornost, potiče zabavu i relaksaciju, razvija timski duh, promovira etičko ponašanje i fer igru te pruža važne životne lekcije.

Dječje uključivanje u sport iziskuje poštivanje nekoliko temeljnih pretpostavki kako bi se osiguralo njihovo motivirano sudjelovanje. Postoje opće zakonitosti koje treba uzeti u obzir prilikom odabira tjelesnih vježbi za djecu, a neki od ključnih uvjeta su sljedeći (Sindik, 2009):

- Stupanj psihofizičkog razvoja djece, pri čemu je važno izbjegavati vježbe koje zahtijevaju dugotrajno napinjanje mišića, kao i one koje se fokusiraju na snagu i velike

napore. Kod mlađe djece preporučuje se više cjelokupno tjelesno vježbanje umjesto izoliranih vježbi za određene dijelove tijela. Također, treba izbjegavati vježbe koje zahtijevaju dugotrajnu koncentraciju i preveliki tjelesni napor, ali i one koje su ili prelagane ili preteške te brzo dovode do umora kod djece.

- Dob djece: Većini djece starije od 6 godina dozvoljen je izbor većine tjelesnih vježbi. Međutim, treba izbjegavati vježbe koje zahtijevaju upor, vis ili penjanje samo uz pomoć ruku, jer takve aktivnosti iziskuju veliki napor i mogu biti prezahtjevne za njihovu dob.
- Ranija uvježbanost: Djeca koja nisu pohađala vrtić ili dolaze neredovito mogu zahtijevati dodatni individualni rad kako bi se uspješno nosila s vježbama koje su ostala djeca svladala kroz sustavan rad. Odnosno, djeca koja se kasnije uključuju u bilo koji oblik sportskog treninga mogu zahtijevati dodatnu potporu i prilagodbu.
- Stupanj zdravlja djece: Bolesna djeca, čak i ako su samo prehladna, ne bi trebala vježbati. Međutim, djeca s oslabljenim imunološkim sustavom koja nisu u akutnom bolesnom stanju mogu i trebaju vježbati, ali trebaju se posvetiti posebnim ili pojednostavljenim vježbama prilagođenim njihovim mogućnostima i s manjim zahtjevima.

Faze u razvoju djece sportaša koji postižu vrhunske sportske uspjehe mogu se podijeliti na sljedeći način (Zulić i Frapporti-Roglić, 2013):

- Ulazak u svijet sporta: u ovoj fazi dijete eksperimentira s različitim sportovima i pronalazi onaj koji mu najviše odgovara. Naglasak je na zabavi i razvoju, a podrška roditelja i okoline je važna. Dijete je slobodno da istražuje i postiže uspjeh u svojoj aktivnosti. Roditelji naglašavaju važnost ulaganja truda i kvalitetnog obavljanja stvari, umjesto samo pobjeđivanja.
- Faza ulaganja: ako se prepozna talent za određeni sport, dijete se počinje usmjeravati i specijalizirati u tom području. Stručan trener radi na dugoročnom razvoju djetetova talenta s naglaskom na tehničkoj izvrsnosti i usavršavanju sportske vještine. Roditelji pružaju logističku, emocionalnu i financijsku podršku.
- Faza savršene sportske izvedbe: u ovoj fazi, sportaš postaje prepoznat kao vrhunski i posvećuje više sati dnevno treningu pod vodstvom stručnog trenera. Cilj je pretvoriti usvojene tehničke vještine u iznimnu sportsku izvedbu koja nosi osobni pečat sportaša.

Sport postaje vrlo važan u životu sportaša i njegove okoline. Roditelji su manje aktivno uključeni, ali i dalje pružaju socijalnu podršku.

→ Faza održavanja izvrsnih rezultata: sportaš je prepoznat kao izuzetan, a fokus se sada stavlja na održavanje postignutih izvrsnih rezultata. U ovoj fazi postavljaju se značajni zahtjevi prema sportašu.

Osiguranje pravilnih uvjeta tjelesnih vježbi za djecu, uzimajući u obzir njihov psihofizički razvoj, dob, raniju uvježbanost i zdravlje, ključno je za poticanje njihove motivacije, sigurnosti i napretka u sportskim aktivnostima. Ovi su aspekti vrlo važni kako bi se približila važnost uključenja djece u sport, te koliko je važno da ona prilikom bavljenja sportom imaju podršku onih kojima u toj dobi najviše vjeruju, kako bi se i nastavila baviti sportom. Također, ovo poglavlje predstavlja svojevrsan uvod u temu prava djece u sportu i uzrocima kršenja njihovih prava.

David (2005) ističe kako natjecateljski sportovi sami po sebi ne predstavljaju sustavni rizik za zdravlje, a talentirani mladi sportaši mogu se njima sigurno baviti, pod uvjetom da su uspostavljene odgovarajuće zaštitne mjere. Mnoga djeca pokazuju iznimne sposobnosti u raznim područjima, uključujući sport, umjetnost, glazbu ili druge predmete, i mogu napredovati u okruženju koje potiče njihove talente ako ih odrasli pravilno podržavaju. Oni sa sportskim talentom imaju pravo očekivati podršku i vodstvo od svoje zajednice. Članak 29(a) Konvencije o pravima djeteta naglašava da se države trebaju usredotočiti na razvoj djetetove osobnosti, talenata te mentalnih i fizičkih sposobnosti do njihovog najvećeg potencijala.

## **2.1. Fizički utjecaj**

Sport u djece pridonosi poboljšanju različitih aspekata fizičkog zdravlja, uključujući one koji se odnose na kronične bolesti, dugotrajnoj predanosti tjelesnoj aktivnosti i kreiranju zdravih navika, reproduktivnom zdravlju i seksualnoj aktivnosti, prevenciji rizičnog ponašanja poput zlouporabe duhanskih proizvoda i opojnih sredstava, te pridonosi kraćem vremenu provedenom u sjedilačkim aktivnostima. Dostatna tjelesna aktivnost može smanjiti pretilost, u kombinaciji sa zdravom prehranom.

Utvrđeno je da je redovita tjelesna aktivnost, uključujući sudjelovanje u sportskim programima, povezana s višom razinom aerobnih sposobnosti kod mladih. U usporedbi s manje aktivnim mladima, oni koji se redovito bave tjelesnom aktivnošću, uključujući sportske

programe, imaju bolju kardiovaskularnu izdržljivost. Eksperimentalni aerobni programi i programi treninga s opterećenjem pokazali su značajna poboljšanja u kardiovaskularnoj izdržljivosti odnosno mišićnoj jakosti i izdržljivosti (Malina, 2009).

Smjernice Nacionalne udruge za sport i tjelesni odgoj (2016, u Bizdan-Bluma i Lipowska, 2018), naglašavaju važnost sudjelovanja djece u tjelesnim aktivnostima. Nebavljenje tjelesnim vježbanjem može spriječiti puni razvoj dječjih motoričkih sposobnosti na temelju njihovog genetskog potencijala (Bizdan-Bluma i Lipowska, 2018).

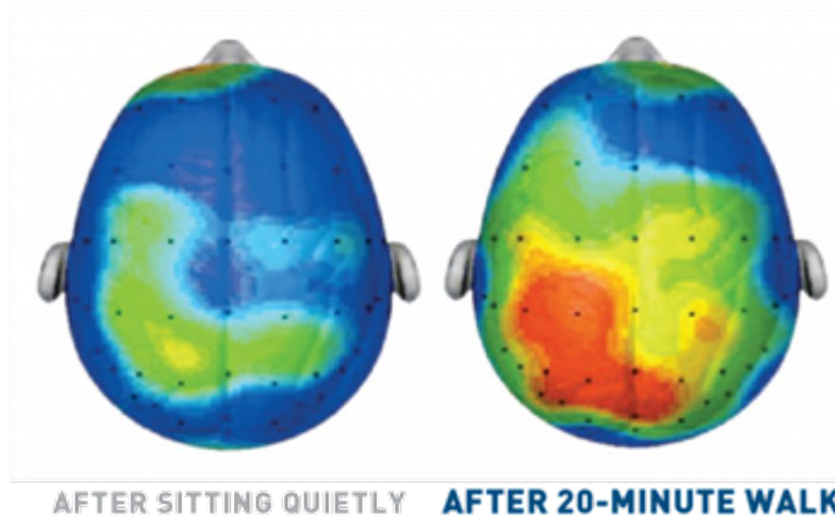
Redovita tjelesna aktivnost nudi brojne dobrobiti za fizičko i mentalno zdravlje, a preporuku od najmanje 60 minuta aktivnosti, umjerenog do jakog intenziteta dnevno za djecu i adolescente u dobi od 5 do 17 godina također ističu i Bjørnarå i sur. (2021), uz napomenu kako je pridržavanje ovih preporuka povezano s poboljšanom tjelesnom spremom, smanjenom masnoćom u tijelu, boljim kardiovaskularnim i metaboličkim zdravljem, jačim kostima i manjim simptomima depresije i anksioznosti. Istraživanja pokazuju da je organizirano sudjelovanje u sportu povezano s višim razinama tjelesne aktivnosti, poboljšanim motoričkim razvojem i zdravijim prehranbenim navikama (Bjørnarå i sur., 2021).

Iako dostupni podaci možda nisu specifični za mlade uključene u sportske programe, uočeno je da mnogi adolescenti sportaši u sportovima s visokom komponentom izdržljivosti, kao što su dugotrajno trčanje, plivanje, biciklizam, nogomet i hokej na ledu, često pokazuju dobro razvijene aerobne sposobnosti. Vrijedno je napomenuti da su i aerobni trening i trening s opterećenjem sastavni dijelovi mnogih programa sportskog treninga, što ukazuje na njihovu važnost u poboljšanju razine kondicije među mladima koji se bave sportom (Malina, 2009).

Poboljšana opskrba kisikom i hranjivim tvarima mozga rezultat je sudjelovanja u tjelesnoj aktivnosti, što je moguće vidjeti na slici 1, koja prikazuje snimku mozga MRI u stanju mirovanja i kretanja. Bavljenje sportom pozitivno utječe na različite sustave, uključujući motorički, kardiovaskularni, dišni, hormonalni, imunološki i živčani sustav. Tjelesna aktivnost potiče razvoj motoričkih područja u mozgu, pridonoseći razvoju motoričkih vještina i bržem prijenosu živčanih impulsa. Također potiče oslobađanje neurohormona, koji igraju ključnu ulogu u poboljšanju sinaptičke povezanosti i ekscitabilnosti neurona. Studije naglašavaju da djeca školske dobi koja se svakodnevno bave najmanje jedan sat intenzivnom tjelesnom aktivnošću pokazuju poboljšano kognitivno funkcioniranje (Bizdan-Bluma i Lipowska, 2018).

Prema istraživanju koje je pratilo djecu od vrtićke dobi do četvrtog razreda, organizirane sportske aktivnosti igraju ulogu u kognitivnom razvoju djece. Bavljenje tjelesnom aktivnošću općenito je povezano s boljim akademskim uspjehom, uključujući ocjene i standardizirane rezultate testova. Također može imati pozitivan učinak na stavove i akademsko ponašanje, poput povećane koncentracije, pažnje i poboljšanog ponašanja u učionici (Sayban, 2021).

## MOVE BODY, ACTIVATE BRAIN WHAT MRI SCANS TELL US\*



\* Schools cut recess (and P.E.) to their own detriment. Even if kids aren't running, they're winning. Above are composites of MRI brain scans of 20 students taking the same test, as measured by University of Illinois researcher Dr. Chuck Hillman. The red sections represent highest amount of neuro-electric activity.

### **Slika 1: Snimka mozga MRI u stanju mirovanja i kretanja**

Generalno, redovita tjelesna aktivnost i sudjelovanje u sportskim programima pridonose poboljšanju aerobnih sposobnosti i tjelesne izvedbe kod mladih. Ovi nalazi ističu dobrobiti bavljenja sportom i strukturiranih programa vježbanja kao dijela sveobuhvatnog pristupa promicanju zdravlja i fitnesa među mladim pojedincima. Redovita tjelesna aktivnost također pozitivno utječe na sadržaj minerala u kostima i mineralnu gustoću kostiju. Usporedbe između sportaša i nespportaša, kao i retrospektivne studije koje ispituju sportske aktivnosti u djetinjstvu i adolescentnoj dobi u odnosu na sadržaj minerala u kostima odraslih, pokazuju ove dobrobiti.

Ukratko, redovita tjelesna aktivnost, osobito kroz sudjelovanje u sportu, povezana je s nižim razinama debljine i višim sadržajem minerala u kostima u mladosti. Ovi nalazi naglašavaju



važnost bavljenja tjelesnom aktivnošću tijekom djetinjstva i adolescencije za promicanje zdravog sastava tijela i zdravlja kostiju (Malina, 2009).

## **2.2. Sociološki utjecaj**

Poboljšani društveni razvoj cilj je sudjelovanja djece u sportu, budući da pruža prilike za interakciju s vršnjacima, trenerima i drugima u sportskom okruženju. Biti dio tima ili imati prijatelje unutar sporta često je primarna motivacija za pojedince da se bave sportom.

Bavljenje sportom pokazalo se korisnim ne samo u smislu zaštite od tjelesnih bolesti već i u smislu patoloških ponašanja. Sport osigurava ravnotežu između grupnih i individualnih zahtjeva, samokontrole i agresivnog ponašanja. Usađuje osjećaj pripadnosti skupini i uči otpornosti u pobjedi i porazu. Adolescenti koji su skloniji rizičnim ponašanjima često imaju nezreo kognitivno-kontrolni sustav, što pridonosi impulzivnom donošenju odluka (Bizdan-Bluma i Lipowska, 2018).

Malina (2009) navodi kako samopoimanje, koje obuhvaća različite domene, predstavlja značajan razvojni ishod kojem se pridaje pozornost u vezi sa sudjelovanjem u sportu. Struktura samopoimanja mijenja se i postaje jasnija tijekom prijelaza u pubertet i tijekom adolescencije. Studije pokazuju da je tjelesna aktivnost u pozitivnoj korelaciji s ukupnim samopoimanjem i fizičkim samopoimanjem, ali je korelacija sa društvenim, emocionalnim i akademskim samopoimanjem relativno slaba. Kvazi-eksperimentalne studije (Stronget al, 2005. u Malina, 2009) sugeriraju da tjelesna aktivnost ima snažne pozitivne učinke na cjelokupno samopoimanje i specifične domene kao što su izgled i sportska kompetencija.

Sudjelovanje u sportu općenito je povezano s pozitivnim učincima na globalno samopoimanje i percipiranu sportsku kompetenciju, ističe Malina (2009). Međutim, važno je napomenuti da bavljenje sportom također ima potencijal za negativne utjecaje. Dva ključna čimbenika koji utječu na ove učinke su ishodi sudjelovanja u sportu, kao što su pobjede ili porazi, i kvaliteta uključenosti odraslih, posebno uloga trenera i stilovi treniranja. Identificiranje i mjerenje psihosocijalnih ishoda povezanih sa sudjelovanjem mladih u sportu može biti izazovno. Postojeća istraživanja pretežno su usmjerena na potencijalne utjecaje odraslih, poput trenera i roditelja, a ne na izravni utjecaj samog sporta na razvoj ponašanja. Uloga vršnjaka kao značajnih čimbenika u psihosocijalnim ishodima vezanim uz sport dobila je manje pažnje, ističe Malina, (2009).

Važnost razvijanja sposobnosti samoprocjene i kreiranja slike o sebi, Sindik (2009, str. 196) ističe kao ključno za uključivanje u sportske aktivnosti djeteta, navodeći kako ta slika o sebi predstavlja kombinaciju spoznajnih i emocionalno-društvenih karakteristika. Do sedme godine života, dijete procjenjuje svoje rezultate u općoj vrijednosti (kako vrijedim, što znam, što mogu itd.) i "socijalnoj prihvaćenosti" (koliko se druga djeca rado druže sa mnom, koliko sam drag roditeljima). Oko osme godine, djeca već formiraju opću sliku o sebi na temelju samoprocjena u pet različitih područja: školi/vrtiću, sportu/spretnosti, prihvaćenosti od vršnjaka, izgledu i ponašanju. U toj dobi, djeca također razvijaju pretpostavke o tome koliko su odgovorna za vlastiti uspjeh (prihvaćenost) ili neuspjeh (odbaćenost). To se naziva "lokus kontrole". Dijete može vjerovati da je samo odgovorno za postizanje vlastitih rezultata (bilo pozitivnih ili negativnih) ili može smatrati da su okolnosti i vanjske sile odgovorne. Zbog nedostatka iskustva, dijete može precijeniti ili podcijeniti važnost tih razloga. Sukladno tomu, prisutne su i preporuke za početak bavljenja djece određenim sportom, a što je prikazano u tablici 1.

SPORT	POČETAK SUSTAVNOG TRENINGA	POČETAK TRENINGA PO PRINCIPU VRHUNSKIH SPORTAŠA
Umjetničko klizanje	6-7	15
Sportska gimnastika (ž)	7-8	14
Plivanje	7-9	15-16
Ritmička gimnastika	8	14-15
Skokovi u vodu	8-9	16
Tenis	8-9	16-17
Skijanje	9	17
Sportska gimnastika (m)	9-10	15-16
Nogomet	10-11	17-18
Košarka	10-11	18
Atletika (skokovi i bacanje)	10-12	20-21
Odbojka	11-12	18-19
Hokej na ledu	11-13	19-20
Sportske discipline izdržljivosti	12-14	20-21

**Tablica 1: Povoljna dob djece i mladeži za trening u pojedinim etapama sportskog usavršavanja**

Izvor: Sindik, J. (2009), str. 197.

### 2.3. Psihološki utjecaj

Sudjelovanje u organiziranim aktivnostima, uključujući sport, povezano je s većom emocionalnom prilagodbom. Djeca i tinejdžeri koji se redovito bave organiziranim sportom imaju tendenciju da se osjećaju vještije, sposobniji i sigurniji od svojih vršnjaka koji ne sudjeluju. Djevojke koje se rutinski bave sportom tjelesne aktivnosti također pokazuju veće prihvaćanje svog tijela (Rosewater, 2010). Redovito bavljenje tjelesnom aktivnošću i sportom općenito je pozitivno emocionalno iskustvo i štiti od određenih kliničkih poremećaja mentalnog zdravlja, uključujući depresiju i suicidalnost.

Sindik (2009:196) također navodi kako su istraživanja potvrdila da tjelesna aktivnost ima pozitivan utjecaj na psihosocijalno blagostanje i mentalno zdravlje djece. Brojne studije su povezale tjelesnu aktivnost sa smanjenjem anksioznosti, depresivnosti, psihosomatskih smetnji, poboljšanim samopoimanjem i osjećajem dobrobiti. Gotovo sve sportske aktivnosti uključuju i socijalne kontakte, a istraživanja su pokazala da bavljenje sportom omogućuje laku komunikaciju s drugima. Sudjelovanje u sportu i tjelesna aktivnost također mogu pridonijeti razvoju identiteta, osjećaju kompetentnosti te jačanju pozitivne slike o sebi i samopoimanju već u četvrtoj godini.

Sudjelovanje u organiziranim sportovima pruža zaštitne učinke protiv niza rizičnih ponašanja koja su posebno raširena u mladosti. Djevojke koje se bave sportom češće će odgoditi seksualnu aktivnost; djevojčica i dječaka koji sudjeluju manje vjerojatno da će pušiti ili koristiti ilegalne supstance (Rosewater, 2010).

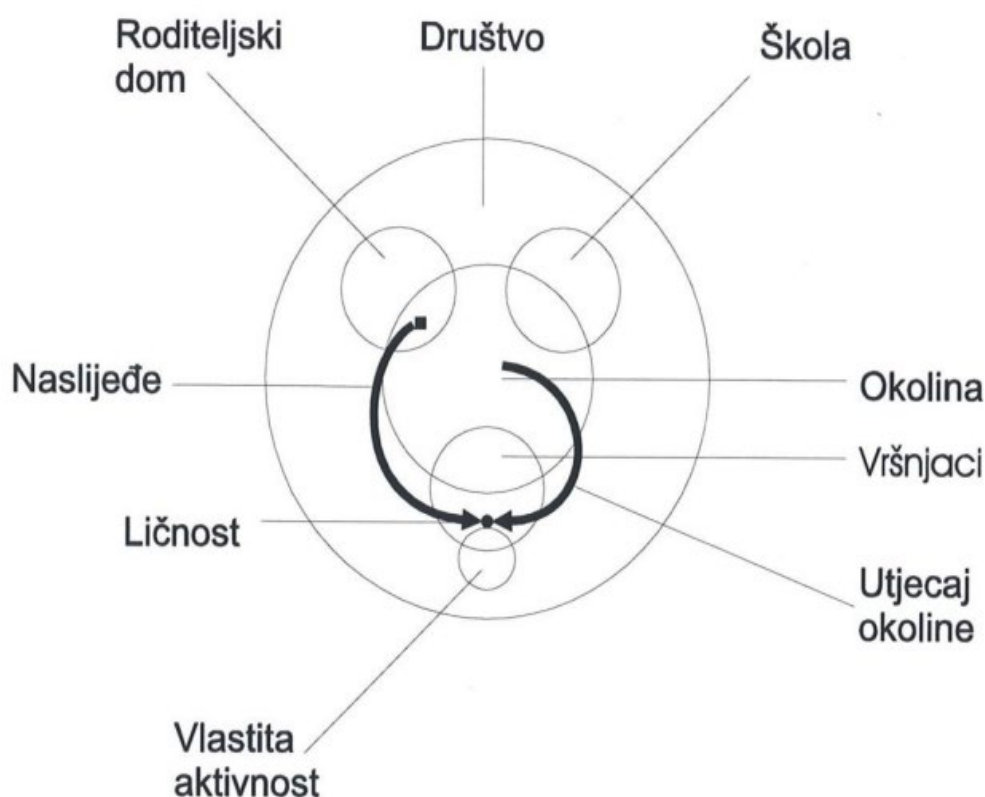
Zulić i Frapporti-Roglić, (2013:4-5) navode kako individualni aspekt razvoja ličnosti ističe utjecaj odgoja i obrazovanja na oblikovanje karaktera pojedinca. Osobnost se promatra kao dinamički sustav koji obuhvaća psihološke i fizičke elemente, definirajući nečije ponašanje i obrasce razmišljanja. U tom kontekstu, odgoj se smatra svjesnim i svrhovitim nastojanjem da se potaknu fizičke i psihičke osobine koje doprinose osobnosti pojedinca. Iako je obrazovanje namjerna aktivnost, treneri mogu nenamjerno utjecati na sportaše koji uče od njih kroz promatranje i modeliranje, čak i u situacijama u kojima trenerovo ponašanje može biti neprikladno.

Nadalje, sportaši imaju aktivnu ulogu u vlastitom obrazovanju i razvoju. Oni nisu pasivni primatelji nego aktivni sudionici obrazovnog procesa. Učinkovitost edukacije ne ovisi samo o

postupcima trenera već i o uključenosti i angažmanu sportaša. Faktori koji utječu na razvoj ličnosti prema Zulić i Frapporti-Roglić, (2013) su:

- Okolina
- Naslijeđe
- Vlastita aktivnost,

pri čemu su najistaknutiji faktori okoline roditelji, vršnjaci i škola, dok trener također zauzima bitno mjesto. Faktori koji utječu na razvoj ličnosti prikazani su slikom broj 3.



**Slika 2. Faktori koji utječu na razvoj ličnosti**

Izvor: Zulić i Frapporti-Roglić, 2013:5 (prema Bratanić, 1991.)

Sayban (2021) u svom radu ističe brojna istraživanja kojima sport doprinosi psihološkom razvoju djece, te ističe kako među učenicima koji prelaze u tinejdžerske godine, postoji korelacija između redovite tjelovježbe i mentalnog zdravlja. Istraživanje koje je provela Zaklada za ženski sport (2004., u Sayban, 2021) otkrilo je da su učenice koje su vježbale šest

do sedam dana u tjednu imale nižu stopu osjećaja tuge tijekom duljeg razdoblja i prijavile manje suicidalnih misli i pokušaja u usporedbi s onima koji su rijetko vježbali. Sayban (2021) navodi i studiju objavljenu u *Journal of American Academy of Child and Adolescent Psychiatry* iz 2015. godine koja je otkrila da su učenici koji su češće vježbali imali također niže stope suicidalnih ideja i pokušaja.

Nadalje, studije provedene 2019. i 2020. godine (McMahon, Xihe Zhu, Kandola) pokazale su da su djeca koja su se redovito bavila tjelovježbom imala niže stope problema s mentalnim zdravljem, posebice povezanih s anksioznošću i depresijom. *New York Times* (2020.) izvijestio je da je povećana tjelesna aktivnost tijekom tinejdžerskih godina bila povezana sa smanjenom vjerojatnošću depresije u dobi od 18 godina (Sayban, 2021).

#### **2.4. Uloga roditelja**

Ključno je prepoznati da se stavovi i ponašanja koja djeca uče kroz sport prenose u odraslu dob. Stoga roditelji igraju vitalnu ulogu u pomaganju svojoj djeci da razviju dobar sportski duh. Aktivno uključivanje u sportske aktivnosti djeteta ključno je kako bi roditelji osigurali maksimalnu korist. Ovo uključivanje podrazumijeva pružanje emocionalne podrške i nuđenje pozitivnih povratnih informacija, prisustvovanje utakmicama i raspravu o njima nakon toga, održavanje realnih očekivanja djeteta, upoznavanje sa sportom i podržavanje sudjelovanja djeteta, poticanje otvorene komunikacije o njihovim iskustvima s trenerima i suigračima, poučavanje kako se nositi s razočarenjima nakon poraza hvaleći njihove napore i predanost poboljšanju svojih vještina te pokazujući poštovanje kao gledatelj.

Da obitelj ima presudnu ulogu u oblikovanju dječje tjelesne aktivnosti i socijalizacije, ističe Brustad (1993:211). Iako su specifična istraživanja o socijalizaciji dječje tjelesne aktivnosti ograničena, postojeće studije pokazuju da uvjerenja i očekivanja roditelja, osobito u pogledu spola, uvelike utječu na prilike za tjelesnu igru male djece. Također, roditelji imaju značajnu ulogu u pokretanju uključivanja djece u organizirani sport mladih.

Iako ova razina uključenosti zahtijeva vrijeme i može predstavljati izazov s rasporedom rada roditelja, ona omogućuje stjecanje znanja o metodama treniranja, timskim vrijednostima, ponašanju i stavovima. Ponašanje i stav djeteta odražava kombinaciju poučavanja koje je dobilo iz razgovora koje roditelji s njim vode o dobrom sportskom ponašanju i poštenoj igri.

Danioni, Barni i Rosnati (2017:76) navode kako djeca i adolescenti uče vrijednosti ne samo u sportu već i u drugim područjima života kroz interakciju s utjecajnim odraslim osobama. Tijekom adolescencije, razvoj vrijednosti je ključan jer je to vrijeme formiranja identiteta i balansiranja potrebe za autonomijom s društvenim očekivanjima. Ova faza čini djecu vrlo osjetljivom na vrijednosne poruke. Roditelji imaju značajnu ulogu u socijalizaciji svoje djece adolescentske dobi, prenoseći vlastite vrijednosti. Kako bi razumjeli kako se mladi sportaši ponašaju u sportu, istraživači su identificirali važne sportske vrijednosti za adolescente. Ove vrijednosti uključuju osobno zadovoljstvo, užitak, druženje, dobru igru, poslušnost, postignuće, vještinu, javni imidž i pobjedu. Kompetentnost i moralne vrijednosti su visoko prioritetni kod adolescenata u sportu, dok su statusne vrijednosti manje važne (Danioni, Barni, Rosnati, 2017:76).

Malina (2009) ističe kako su studije o roditeljima ispitivale čimbenike kao što su očekivanja, pritisci, percepcija kompetencije, usmjerenost ka cilju, reakcije na učinak njihova djeteta, razina uključenosti i uzor. Istraživanja o trenerima istražila su njihov utjecaj kao izvora informacija o sportskoj kompetenciji, učestalost i vrste povratnih informacija koje se daju mladim sportašima i učinke obrazovanja trenera na kvalitetu sportskih iskustava mladih. U Sjevernoj Americi također postoji posebna zabrinutost u vezi s dvostrukom ulogom roditelja i trenera.

Razina uključenosti roditelja, prema Danoni i sur. (2017:78) ima značajne posljedice za sportska iskustva mladih sportaša. Naime, autori ističu kako i nedovoljna i pretjerana uključenost mogu negativno utjecati na sportaše adolescente. Nedovoljna uključenost, koju karakterizira nedostatak emocionalnog, financijskog ili funkcionalnog ulaganja, može spriječiti mlade sportaše u nastavku sportske karijere. S druge strane, pretjerana uključenost, koja uključuje percipirani roditeljski pritisak, može imati štetne učinke. Aktivna uključenost, gdje djeca doživljavaju svoje roditelje kao aktivno uključene u njihova sportska iskustva, općenito dovodi do pozitivnih reakcija i osjećaja sreće i zadovoljstva kod mladih sportaša. Međutim, direktivno ponašanje, gdje se djeca osjećaju kontroliranom od svojih roditelja, potiče percepciju roditeljskog pritiska. Pritisak roditelja u sportu može rezultirati sniženim samopoštovanjem, stresom, krivnjom, smanjenim užitkom i izgaranjem kod mladih sportaša. Nasuprot tome, roditeljsko sudjelovanje obilježeno pohvalom i razumijevanjem, uz roditeljsko ohrabivanje i empatiju prema sportskim aktivnostima djeteta, povećava užitak i motivaciju za sport (Danoni i sur. 2017:78).

Socijalizacija se odnosi na proces kroz koji pojedinci uče vještine, vrijednosti, stavove, norme i znanja povezana s njihovim sadašnjim ili budućim društvenim ulogama (Brustad, 1993:211). Ova definicija naglašava da socijalizacija ne obuhvaća samo fizičke aspekte uključenosti, već i društvene i psihološke dimenzije. Knight i sur. (2016:162) također su istraživali utjecaj roditelja na sportsku aktivnost djece, pri čemu ističu kako se uvidom u čimbenike koji utječu na roditeljsku uključenost u sport može steći iz istraživanja koje su proveli Eccles i suradnici (1998, u Knight i sur., 2016), koji su razvili model ispitivanja utjecaja roditelja na motivaciju i postignuća djece. Ovaj model korišten je za istraživanje načina na koji roditelji oblikuju uvjerenja i vrijednosti svoje djece u vezi sa sudjelovanjem u sportu. Prema tom modelu, uvjerenja i ponašanja roditelja utječu na uvjerenja, vrijednosti, ciljeve i izvedbu djece, uz prilagodbe u skladu s karakteristikama djeteta. Nadalje, vjeruje se da karakteristike roditelja poput obrazovanja, prihoda, zanimanja i broja djece utječu na uvjerenja i ponašanja roditelja. Model naglašava važnost razmatranja šireg društvenog konteksta pri razumijevanju učinaka obitelji na motivaciju djece.

Prekomjerna angažiranost roditelja u sportskim aktivnostima djeteta, također može predstavljati drugu krajnost i potaknuti demotivaciju kod djece. Naime, djeca čiji su roditelji prekomjerno angažirani često percipiraju visoku razinu roditeljskog angažmana kao pritisak, navode Glibo i Barić (2016). Problem nastaje kada mladi sportaši osjete da su izgubili kontrolu nad odlukama vezanim uz sudjelovanje u sportu. Istraživanja su pokazala da takva djeca manje uživaju u sportu i imaju slabiju motivaciju, a takvi roditelji često se sukobljavaju s trenerima i previše se miješaju u trenerski posao.

Roditeljska uključenost u sport obično se promatra kao kontinuum, od nedovoljne do pretjerane uključenosti. Umjerena razina roditeljske podrške smatra se idealnom, dok pretjerana ili nedostatna podrška može imati negativne posljedice, uključujući odustajanje od sporta ili stres uzrokovan visokim očekivanjima i pritiskom (Ricijaš i sur., 2016).

Dosadašnja istraživanja (Babkes i Weiss, 1999; Leff i Hoyle, 1995) pokazuju da mladi sportaši koji osjećaju višu razinu roditeljske podrške obično imaju veću intrinzičnu motivaciju i veći užitek u sportu. S druge strane, visoki roditeljski pritisak za postizanjem sportskog uspjeha povezan je s nižim samopoštovanjem, osjećajem krivnje i stresom kod mladih sportaša (Ricijaš i sur. (2016).

Roditeljski pritisak može izazvati niz negativnih reakcija kod djece, uključujući razvoj natjecateljske anksioznosti, psihosomatske reakcije, strah od negativne evaluacije i pad samopouzdanja. Stoga se umjereni roditeljski angažman i podrška smatraju optimalnim za razvoj dječjeg talenta u sportu. Prekomjerni pritisak roditelja može imati negativne posljedice na djetetovu dobrobit i motivaciju. Važno je da roditelji prepoznaju svoju ulogu kao podršku i motivaciju te dopuste djetetu da zadrži kontrolu nad svojim sportskim iskustvom (Glibo, Barić, 2016). Ponašanja koja su ocijenjena kao pozitivna prema Glibo i Barić, (2017) uključuju:

- mirno sjedenje,
- navijanje,
- ohrabrivanje,
- pohvalu,
- empatiju i
- zaštitničko djelovanje.

Djeca su izrazila nezadovoljstvo kada su se roditelji ponašali kao treneri, dajući im instrukcije, savjete i kritike. Također su se osjećala loše kada su roditelji vikali, krivili druge za njihove loše poteze, davali pogrdne komentare, ometali ih ili fanatično navijali. Većina roditeljskih komentara na utakmicama bila je negativna ili instruktivna.

Općenito, roditelji mogu biti snažan izvor podrške, ali i pritiska za mlade sportaše, što može utjecati na njihov sportski razvoj i trajanje bavljenja sportom. Unatoč velikom broju djece uključene u organizirane sportske programe, većina ih prestaje sudjelovati u pubertetu (Fraser-Thomas i sur., 2008; Horga, 2009). Djetinjstvo i adolescencija su ključna formativna razdoblja, a neki aspekti razvoja, poput specifičnih motoričkih vještina, mogu se razviti samo kroz sportske aktivnosti (Doupona i Petrovič, 1997).

## **2.5. Uloga trenera**

Međunarodna povelja o tjelesnom odgoju, tjelesnoj aktivnosti i sportu (2015., čl.7) ističe kako osoblje odgovorno za tjelesni odgoj, tjelesnu aktivnost i sport mora posjedovati odgovarajuće kvalifikacije, obuku i mogućnosti stalnog stručnog usavršavanja. Ujedno se napominje kako je adekvatno zapošljavanje i obuka osoblja za tjelesni odgoj, tjelesne aktivnosti i sport neophodno kako bi se osiguralo da imaju potrebnu kompetenciju za promicanje holističkog razvoja i



sigurnosti pojedinaca pod njihovom skrbi. Sukladno navedenom, treneri volonteri, dužnosnici i pomoćno osoblje, kao vrijedan resurs u sektoru, trebali bi proći odgovarajuću obuku i nadzor, što će im omogućiti da ispune bitne uloge, potaknu veće sudjelovanje, osiguraju razvoj i sigurnost sudionika te potiču angažman u demokratskim procesima i životu zajednice.

Treneri koji stvaraju poticajno okruženje i naglašavaju učenje i usavršavanje, teže olakšavanju pozitivnih psihosocijalnih ishoda. Ti ishodi uključuju percepciju sposobnosti, uživanje u sportu i pozitivna prijateljstva. Slične prednosti povezane su s trenerima koji prolaze programe obuke za učinkovitost trenera. Međutim, još je mnogo toga potrebno učiniti kako bi se u potpunosti razumio utjecaj organiziranog bavljenja sportom na psihosocijalni razvoj mladih. Složene interakcije među mladim sportašima, suigračima, trenerima i roditeljima unutar sportskog konteksta naglašavaju potrebu za inovativnim istraživačkim metodologijama za bolje razumijevanje procesa i mogućih ishoda (Malina, 2009).

Cilj odgoja je prenošenje iskustva, znanja i socijalnog naslijeđa sa starije generacije na mlađu. Kao stariji, iskusniji i stručniji, trener ima odgojnu ulogu u kojoj prenosi svoje znanje i iskustvo na djecu i mladež. Odgoj nije samo prijenos iskustva starijih, već i osposobljavanje mlađe generacije da to iskustvo učinkovito iskoristi i dalje razvija. Trenerska praksa se mijenja i usavršava s vremenom, donoseći nove spoznaje, pa nove generacije trenera trebaju usvojiti nove metode rada.

Odgajateljev posao nije lak, stoga se mora voditi smjernicama koje mu pomažu postati bolji i učinkovitiji u svom radu. Ključna značajka u odgajateljevom poslu je prenošenje informacija djeci. On treba razvijati svoje verbalne i neverbalne komunikacijske vještine kako bi djeca potpuno razumjela sve što im prenosi. Također je važno da pruža pozitivne povratne informacije kako bi usmjeravao djecu prema pravilnoj komunikaciji. Prilikom komunikacije, treba posvetiti jednaku pažnju svakom djetetu i osigurati da se nitko ne osjeća zanemarenim. Informacije trebaju biti jasno prezentirane, kratke i sažete, točne, pristojne i pozitivne kako bi se djeci omogućilo bolje razumijevanje i uspješna komunikacija (Miljković, 2009).

Da bi se sport, odnosno tjelesna aktivnost, smisleno provodila među djecom i pravilno utjecala na njih, potrebno je imati odgajatelja koji je sposoban to postići. Prema Miljković (2009), odgajatelj u predškolskim ustanovama ima različite uloge tijekom sata tjelesne i zdravstvene kulture:

- Instruktor motoričkih vještina, koji poučava djecu kako izvoditi različite pokrete i vježbe
- Motivator djece, potičući ih na daljnji i uporniji rad
- Organizator i planer svih sati tjelesne i zdravstvene kulture tijekom godine
- Pedagog koji poučava djecu o važnosti tjelesne aktivnosti
- Pomagač koji pruža pomoć djeci kada im je potrebna
- Prijatelj koji je uvijek tu za djecu i pruža im podršku
- Procjenjivač koji promatra i ocjenjuje napredak djece
- Savjetnik koji nudi savjete o mogućim poboljšanjima u izvođenju vježbi
- Sportaš koji sudjeluje u treninzima s djecom
- Štiti djecu te je odgovoran za sigurnost djece tijekom vježbanja (Miljković, 2009).

Da bi odgojni postupci trenera bili uspješni, trener mora uzeti u obzir karakteristike djece ili mladih s kojima radi te prilagoditi svoje odgojne postupke i načine rada njihovim karakteristikama. Dijete je osoba u razvoju, koje još nema sve sposobnosti i emocionalnu zrelost odraslih. Ono nije samo "odrasli u malom" već ima svoje posebne kvalitete i nema sve sposobnosti koje ima odrasla osoba (Zulić i Frapporti-Roglić, 2013).

"Prirodni odgoj" podrazumijeva usklađivanje odgojnih nastojanja s prirodom djeteta. Trenerova interakcija s djecom treba biti prirodna i prilagođena mogućnostima djeteta, jer (Zulić i Frapporti-Roglić, 2013):

- Postavljanje prevelikih zahtjeva nemoguće je zadovoljiti jer prelazi mogućnosti djece
- Neprimjereni postupci mogu naštetiti djeci, jer su oni krhka bića, kako fizički tako i emocionalno
- Stalne kritike mogu smanjiti djetetovo samopoštovanje i samopouzdanje, dok vikanje može izazvati strah i nesigurnost
- Ako se dijete ne osjeća ugodno na treninzima, izgubit će motivaciju za bavljenjem sportom.

Stoga je važno da trener prilagodi svoje postupke i stvori poticajno i ugodno okruženje za djecu, uzimajući u obzir njihove mogućnosti i osjećaje. Tako će odgojni proces biti uspješan i potaknut će djecu na razvoj i odrastanje u sportu.

Rezultati istraživanja (Duda, 2001; Smoll i Smith, 2003) u psihologiji sporta ukazuju na ključnu ulogu trenera u životima mladih sportaša. Odnos između trenera i sportaša može imati značajan utjecaj na njihov psihosocijalni razvoj. Ovisno o načinu komunikacije i pristupu trenera, taj odnos može rezultirati pozitivnim ili negativnim iskustvima za mlade sportaše. To može oblikovati njihove stavove, ponašanja i osobnost, ističu Ricijaš i sur. (2016). Važno je istaknuti da uspjeh u sportu ne bi trebao biti jedini kriterij za procjenu trenerovog stila. Naglašava se potreba za sagledavanjem utjecaja trenerovog ponašanja na osobnu dobrobit mladih sportaša, a ne samo na rezultate. Primjena kazni i prijetnji od strane trenera može smanjiti motivaciju i povećati strah od neuspjeha kod sportaša. Ricijaš i sur. (2016) ističu istraživanja (Kassing i Infante, 1999, Chandler, Johnson i Carroll, 1999), koja ukazuju na to da agresivno ponašanje trenera može rezultirati nižom razinom poštenog ponašanja među sportašima te da se takvo ponašanje može prenositi putem modeliranja. Stoga je važno istražiti kako različiti aspekti trenerovog ponašanja utječu na agresivno ponašanje i odobravanje nesportskih postupaka kod mladih nogometaša. Pretpostavlja se da autokratski stil rukovođenja, negativno povratne informacije, usmjerenost na rezultate i nedostatak osjećaja za osobnu dobrobit sportaša mogu biti pozitivno povezani s agresivnim ponašanjem i odobravanjem nesportskih postupaka među mladim nogometašima.

U sportskom kontekstu, treneri, sportaši, mentori, roditelji i administratori mogu biti počinitelji i žrtve nasilja, na što utječu dva faktora: dječja mlada dob, dojmljivost i nedovršen fizički i psihički razvoj, što znači da su posebno izložena nasilju i njegovim posljedicama, te drugo, istraživanja pokazuju da su treneri glavni počinitelji zlostavljanja u sportu, a većina znanstvene literature i istraživanja o nasilju u sportu usredotočuje se na međuljudsko nasilje koje nanose treneri. Naime, treneri imaju značajnu moć nad djecom na temelju nekoliko čimbenika, uključujući dob, znanje, resurse, autoritet, kontrolu, utjecaj i posebno njihovu sposobnost da 'napravi ili slomi' sportaša u izvedbi, usmjerena na sportsku kulturu. Fokus na izvedbu, uspjeh i ideja o 'pobjedi pod svaku cijenu' problem je u sportskoj kulturi u cijelom svijetu i olakšava nasilje nad sportašima. Djeca su u ovoj kulturi posebno ranjiva i uče biti poslušna, prihvaćati autoritet i normalizirati nasilno ponašanje (Aine, Muhonen i Toivonen, 2022).

Prakse treniranja trebaju biti u skladu s potrebama djece, u suprotnome će biti neučinkovite. Ograničena istraživanja o treniranju djece sugeriraju da mnogi treneri pokušavaju ponoviti prakse iz elitnog ili profesionalnog sporta, što možda nije prikladno za dječje razvojne potrebe. To rezultira podučavanjem koje ne uzima u obzir dječje jedinstvene zahtjeve učenja unutar

specifičnih konteksta podučavanja. Učinkovito podučavanje djece uključuje prepoznavanje i rješavanje njihovih specifičnih potreba i želja unutar posebnog okruženja za podučavanje (Bailey, Cope i Pearce, 2013:57). Lyle (2002, u Bailey, Cope i Pearce, 2013:57) predlaže tri različite domene treniranja, prikazanih slikom u nastavku.



**Slika 3: Tri domene treniranja**

Izvor: samostalna izrada studenta prema Lyle (2002), navedeno u Bailey, Cope i Pearce, (2013:57)

Treneri imaju veliku ulogu u poticanju motivacije djece na bavljenje sportom, no jednako tako imaju veliku ulogu i u demotiviranju djece za bavljenje sportom. Studija o plivačima (Pelletier i sur., 2001., u Bailey, Cope i Pearce, 2013:57-58), otkrila je da su djeca odustajala od treniranja kada bi osjetili da ih trener ne ohrabruje, ne podržava i previše kontrolira u usporedbi s trenerima djece koja su ostala aktivni sudionici u sportu. Osim toga, kada su treneri poticali rivalstvo unutar momčadi, favorizirali talentirane igrače i kažnjavali pogreške, motivacija djece je opadala (Newton, Duda i Yin, 2000. u Bailey, Cope i Pearce, 2013:57-58). Ostali čimbenici koji pridonose demotivaciji djece uključuju pretjerano ozbiljne treninge s naglaskom na pobjedu, strah od neuspjeha u natjecateljskom okruženju i nedostatak. Treneri koji se bave dječjim sportovima trebali bi nastojati izbjeći ove scenarije jer oni negativno utječu na motivaciju djece za sudjelovanje.

### 3. PRAVA DJECE U SPORTU

Sport je postao platforma za globalne rasprave o različitim pitanjima ljudskih prava, kao što su invaliditet, rodna ravnopravnost, raznolikost, imovinske razlike, doping i radna prava, a što je priznao Međunarodni institut za ljudska prava 2014. U vezi sa sudjelovanjem djece u sportu, Eliasson (2015. u Ellingsen, Danielsen, 2017.) ističe dva istaknuta problema vezana uz ljudska prava:

1. kršenje dječjih prava u području sporta i
2. podređeni položaj djece u odnosu na odrasle u sportskom kontekstu.

Ellingsen i Danielsen (2017). primjerice ističu kako postoji raširena prevalencija nasilja, zlostavljanja, maltretiranja i trgovine ljudima, odnosno mladih sportaša, osobito u europskim profesionalnim nogometnim ligama. Iako se sportovi ne spominju izričito u Konvenciji o pravima djeteta, prava navedena u Konvenciji primjenjiva su u kontekstu sporta. Konvencija može odigrati ključnu ulogu u sprječavanju i rješavanju neprihvatljivih zlostavljanja u sportu podizanjem svijesti o kršenju dječjih prava. Konvencija, sa svojim izričitim fokusom na "najbolje interese djeteta", smatra se revolucionarnim dokumentom. Osim toga, mnogi drugi članci unutar 54 članka Konvencije izravno se odnose na djecu koja se bave sportom (Ellingsen, Danielsen, 2017).

Izrađena od strane inicijative Project Play Instituta Aspen, u suradnji s timom stručnjaka za ljudska prava i sportsku politiku, Povelja o pravima djece u sportu ističe osam temeljnih prava (Project Play, dostupno na: <https://www.aspenprojectplay.org/childrens-rights-and-sports>):

- Pravo na bavljenje sportom: djeci treba dati priliku da se bave sportom i poticati ih da se igraju s vršnjacima iz različitih sredina.
- Pravo na siguran i zdrav okoliš: djeca se imaju pravo igrati u okruženjima u kojima nema oblika zlostavljanja (fizičkog, emocionalnog, seksualnog), nasilja, maltretiranja i zanemarivanja.
- Pravo na kvalificirane voditelje programa: djeca imaju pravo biti vođena od strane trenera i odraslih koji su prošli provjere i posjeduju potrebnu obuku i stručnost.
- Pravo na razvojno primjerenu igru: djeca imaju pravo uključiti se u aktivnosti igre koje odgovaraju njihovim fizičkim, mentalnim i emocionalnim sposobnostima, kao i

njihovom sportskom razvoju. Prvo ih treba tretirati kao mlade pojedince, a zatim kao sportaše.

- Pravo sudjelovanja u planiranju i provedbi aktivnosti: djeca imaju pravo izraziti svoje mišljenje što treba uzeti u obzir od strane trenera, osiguravajući njihovo aktivno uključivanje u planiranje i provedbu aktivnosti.
- Pravo na jednake mogućnosti za osobni razvoj: programi bi trebali omogućiti jednako ulaganje u razvoj sve djece sportaša, bez ikakvog oblika diskriminacije na temelju osobnih ili obiteljskih karakteristika.
- Pravo na dostojanstven odnos: djeca imaju pravo sudjelovati u okruženjima koja promiču vrijednosti sportskog ponašanja, poštovanja prema protivnicima, službenim osobama i duhu igre.
- Pravo na uživanje: djeca imaju pravo sudjelovati u aktivnostima koje smatraju ugodnim, koje potiču stvaranje prijateljstava i društvenih veza, a istovremeno potiču njihov cjelokupni razvoj.

Dokument pod nazivom "Međunarodne mjere zaštite za djecu u sportu: Vodič za organizacije koje rade s djecom" objavio je UNICEF 2016. On služi kao sveobuhvatan vodič za organizacije koje se bave sportskim aktivnostima s djecom, pružajući smjernice o osiguravanju sigurnosti i boravka djece u sportskim sredinama. Zaštitne mjere navedene u dokumentu imaju za cilj zaštititi djecu od svih oblika štete i osigurati poštivanje njihovih prava. Vodič naglašava važnost stvaranja sigurnih i inkluzivnih okruženja za djecu u sportu, baveći se različitim aspektima kao što su politike zaštite djece, zapošljavanje i obuka osoblja, procjena i upravljanje rizicima, mehanizmi za prijavu problema ili incidenata i promicanje sudjelovanja djece u sportu.

Osim toga, dokument naglašava ulogu organizacija u promicanju pozitivnih metoda treniranja, poštivanja dostojanstva djece i jednakih mogućnosti za svu djecu da sudjeluju u sportu bez obzira na njihove sposobnosti ili podrijetlo. Ističe potrebu za razmatranjem specifičnih potreba i ranjivosti djece, uključujući djecu s invaliditetom ili djecu iz marginaliziranih zajednica. Vodič pruža praktične preporuke, studije slučaja i resurse za podršku organizacijama u učinkovitoj provedbi ovih zaštitnih mjera. Međunarodne mjere zaštite djece u sportu ističu važnost zaštite djece iz slijedećih razloga, prikazanih slikom 6.



#### Slika 4: Razlozi iz kojih je potrebno zaštititi djecu u sportu

Izvor: prilagođeno prema International Safeguards for Children in Sport, 2016, str. 18.

Svaka organizacija koja pruža sportske aktivnosti za djecu i mlade mlađe od 18 godina trebala bi imati uspostavljenu politiku zaštite. Ova politika služi kao izjava o namjerama, pokazujući predanost organizacije zaštititi djecu od ozljeda i pružajući okvir za razvoj postupaka. Važno je istaknuti da bi u razvoj i reviziju politike trebala biti uključena i sama djeca. Politika zaštite pojašnjava očekivanja i zahtjeve u pogledu zaštite djece i mladih. Igra ključnu ulogu u stvaranju sigurnog i pozitivnog okruženja za djecu i pokazuje da organizacija ozbiljno shvaća svoju dužnost skrbi. Politika također uzima u obzir specifične čimbenike koji mogu učiniti određenu djecu ranjivijom (International Safeguards for Children in Sport, 2016:44). Primjenom međunarodnih zaštitnih mjera za djecu u sportu, organizacije mogu poboljšati svoje kapacitete za zaštitu djece od ozljeda, promicanje njihove dobrobiti i stvaranje pozitivnog i osnažujućeg sportskog okruženja.

### 3.1. Konvencija Ujedinjenih naroda o pravima djeteta

Konvencija Ujedinjenih naroda o pravima djeteta (eng. United Nations Convention on the Rights of the Child - UNCRC) temeljni je međunarodni ugovor o ljudskim pravima koji je usvojila Opća skupština Ujedinjenih naroda 1989. godine. U njoj se ocrtavaju temeljna prava i zaštita na koje svako dijete ima pravo, s ciljem osiguravanja njihove dobrobiti, dostojanstva i jednakih mogućnosti. Članak 12. Konvencije odražava viziju djece kao aktivnih građana. Umjesto da djecu promatraju kao pasivne subjekte socijalizacije, važno je da odrasli prepoznaju i poštuju sposobnost djece da sudjeluju u oblikovanju vlastitih života te ih uključe kao aktivne društvene partnere (Ellingsen, Danielsen, 2017).

Govoreći o dječjim pravima u sportu, Konvencija Ujedinjenih naroda o pravima djeteta, uključuje odredbe za zaštitu djece od maltretiranja, nasilja, iskorištavanja, zlostavljanja i zanemarivanja, kao što je navedeno u članku 19. Iako Konvencija izričito ne spominje sport, priznaje pravo sve djece na sudjelovanje u igri, kako je navedeno u članku 31 (Clearinghouse For Sport, 2022). Sukladno članku 1. Konvencije, definicija djeteta obuhvaća svaku osobu koja je mlađa od 18 godina, osim ako se primjenjivim zakonom o punoljetnosti ne odredi drugačije.

Konvencija UN-a o pravima djeteta sadrži sveobuhvatan skup prava koja se odnose na različite aspekte života djece, uključujući njihov fizički, mentalni i emocionalni razvoj, kao i njihovu društvenu i obrazovnu dobrobit. Ova prava, koja se odnose na svu djecu bez diskriminacije, služe kao vodič vladama, organizacijama i pojedincima za poticanje i zaštitu dječjih prava. Neka od ključnih općih prava priznatih UNCRC-om uključuju:

- Pravo na život, opstanak i razvoj, pri čemu svako dijete ima urođeno pravo na život i pravo na preživljavanje i razvoj do svog najvećeg potencijala fizički, mentalno i emocionalno. Vlade i društva odgovorni su za stvaranje okruženja koje podržava rast djece i pruža im osnovne usluge, zdravstvenu skrb i obrazovanje.
- Pravo na nediskriminaciju, pri čemu djeca imaju pravo biti slobodna od diskriminacije u svim aspektima svog života. To uključuje zaštitu od diskriminacije na temelju rase, boje kože, spola, invaliditeta, vjere ili bilo kojeg drugog statusa. Osiguravanje jednakih mogućnosti i uklanjanje prepreka za sudjelovanje u sportu ključno je za poštivanje ovog prava.



- Pravo na igru i rekreaciju što podrazumijeva da djeca imaju pravo uključiti se u igru, slobodno vrijeme i rekreacijske aktivnosti. Igra je ključna za njihov cjelokupni razvoj, promicanje tjelesne spremnosti, kreativnosti, društvenih vještina i emocionalnog blagostanja. Sport ima vitalnu ulogu u ispunjavanju ovog prava, nudeći djeci mogućnosti da uživaju i imaju koristi od tjelesne aktivnosti, timskog rada i osobnog razvoja.

Konvencija izričito cilja na postizanje sljedećih ciljeva (Ellingsen, Danielsen, 2017):

- organiziranje sportskih aktivnosti prema potrebama djece i osiguranje uključivanja sve djece u sportske klubove bez obzira na njihove ambicije i potrebe,
- pružanje aktivnosti bez diskriminacije na temelju spola, etničke pripadnosti, vjere, spolne orijentacije, tjelesnog razvoja i teškoća djeteta i roditelja,
- razvijanje široke i raznolike ponude aktivnosti i programa unutar sportskih klubova,
- promicanje bolje suradnje između trenera, menadžera, i roditelja u cilju olakšavanja aktivnosti za djecu, i
- uspostavljanje učinkovite komunikacije između različitih roditelja i zajednice na temelju vrijednosti dječjeg sporta.

Konvencija prepoznaje važnost sporta u životima djece i naglašava potrebu zaštite njihovih prava u sportskim okruženjima. Slijede pojedina specifična prava koja su navedena u Konvenciji (1989), a relevantna su za djecu u sportu:

- Pravo na sigurno i inkluzivno sportsko okruženje, što podrazumijeva da djeca imaju pravo sudjelovati u sportu u sigurnim i uključivim okruženjima koja štite njihovu fizičku i emocionalnu dobrobit. Sportske organizacije, treneri i roditelji trebaju dati prioritet zaštiti djece, osiguravajući mjere za sprječavanje zlostavljanja, nasilja i iskorištavanja. To uključuje rješavanje problema kao što su nasilničko ponašanje, uznemiravanje i diskriminacija.
- Pravo na sudjelovanje i izražavanje mišljenja, što osigurava da djeca imaju pravo sudjelovati u donošenju odluka koje ih se tiču, uključujući i one vezane uz sport. Njihova mišljenja treba tražiti, njihov glas čuti i uzeti u obzir pri osmišljavanju sportskih programa, politika i pravila. Poticanje dječjeg aktivnog bavljenja sportom potiče njihov osjećaj slobode i promiče njihov cjelokupni razvoj.

- Pravo na jednake mogućnosti u sportu, pravo koje omogućava djeci da imaju pravo na jednake mogućnosti bavljenja sportom, neovisno o podrijetlu, sposobnostima, spolu ili bilo kojem drugom svojstvu. Vlade, sportske organizacije i zajednice trebaju raditi na uklanjanju prepreka koje sprječavaju određene skupine djece da pristupe sportu i uživaju u njemu. Uključive politike, objekti i programi trebaju biti uspostavljeni kako bi se osiguralo ravnopravno sudjelovanje za sve.
- Pravo na tjelesno i duševno zdravlje, što znači da sudjelovanje djece u sportu mora dati prioritet fizičkoj i mentalnoj dobrobiti djeteta. Sportske aktivnosti trebaju biti primjerene dobi, izbjegavajući pretjerani pritisak ili rizike koji mogu naštetiti njihovom zdravlju ili razvoju. Treba osigurati redoviti pristup zdravstvenoj skrbi i odgovarajućim sustavima podrške kako bi se riješili problemi fizičkog ili mentalnog zdravlja povezani sa sudjelovanjem u sportu.

Dječji sport obuhvaća sportske aktivnosti za djecu do 12 godina. Prava djece u sportu odnose se na svu djecu, bez obzira na spol, etničku pripadnost, vjeru, spolnu orijentaciju, tjelesnu razvijenost i invaliditet, uz jednak tretman. Norveški olimpijski i paraolimpijski odbor i konfederacija sportova (2008:3), sukladno UNCRC-u, navodi prava djece u sportu koja je potrebno razvijati:

- Sigurnost i osiguranje: djeca imaju pravo sudjelovati u sigurnom i zdravom okruženju za obuku bez neprimjerenog pritiska ili iskorištavanja. Potrebno je poduzeti mjere za sprječavanje ozljeda, a djeca mlađa od 6 godina trebaju biti u pratnji odrasle osobe tijekom aktivnosti.
- Prijateljstvo i blagostanje: djeca imaju pravo uključiti se u treninge i natjecateljske aktivnosti koje potiču razvoj prijateljstva i solidarnosti. Osjećaj dobrobiti podržava učenje, a učenje potiče osjećaj dobrobiti.
- Aktivnosti primjerene dobi: djeca imaju pravo sudjelovati u treninzima i natjecateljskim aktivnostima koje su primjerene njihovoj dobi, fizičkom razvoju i stupnju zrelosti.
- Majstorstvo: djeca imaju pravo iskusiti osjećaj majstorstva i naučiti razne vještine. Također im treba pružiti prilike za varijacije, obuku i interakciju s drugima.

- Utjecaj: djeca imaju pravo izraziti svoje stavove i biti saslušana. Treba im dati priliku da zajedno s trenerima i roditeljima sudjeluju u planiranju i provedbi vlastitih sportskih aktivnosti.
- Sloboda izbora: djeca imaju pravo birati kojim se sportom(ovima) žele baviti i koliko žele trenirati.
- Uključiva natjecanja: djeca imaju pravo odlučiti hoće li ili ne sudjelovati u natjecanjima i trebaju imati jednake mogućnosti za to. Prilikom prelaska između klubova u istom sportu, djeca imaju pravo sudjelovanja u natjecanjima za novi klub nakon registracije prelaska.

Međunarodna povelja o tjelesnom odgoju, tjelesnoj aktivnosti i sportu, iz 2015. godine, (eng. International Charter of Physical Education, Physical Activity and Sport) služi kao okvir temeljen na pravima koji vodi i podupire formuliranje politika i odluka u području sporta. Promiče ravnopravno i uključivo sudjelovanje u sportu, bez ikakvog oblika diskriminacije. Povelja uspostavlja etičke standarde i standarde kvalitete za pojedince i organizacije uključene u osmišljavanje, provedbu i evaluaciju sportskih programa i politika. Izvorno usvojena na 20. zasjedanju Generalne konferencije UNESCO-a 1978., predstavlja revolucionarni dokument koji priznaje "practiciranje tjelesnog odgoja i sporta kao temeljno pravo za sve" (UNESCO, 2022). U skladu s promjenjivim okolnostima u sportu od 1978., revidirana Međunarodna povelja o tjelesnom odgoju, tjelesnoj aktivnosti i sportu usvojena je tijekom 38. zasjedanja Generalne konferencije UNESCO-a u studenom 2015. Ova ažurirana povelja uključuje univerzalna načela kao što su ravnopravnost spolova, nediskriminacija, socijalna uključenost, te se bavi važnim aspektima kao što su dobrobiti tjelesne aktivnosti, održivost u sportu, uključivanje osoba s invaliditetom i zaštita djece.

Nova verzija prošla je temeljitu provjeru od strane Međuvladinog odbora za tjelesni odgoj i sport i njegovog Stalnog savjetodavnog vijeća, kao i Izvršnog odbora UNESCO-a. Revizija je usklađena s Berlinskom deklaracijom, koja je usvojena kao rezultat 5. Svjetske konferencije ministara sporta i uključivala je sudjelovanje 600 delegata iz 121 zemlje (UNESCO, 2022). Međunarodna povelja o tjelesnom odgoju, tjelesnoj aktivnosti i sportu (2015., čl. 9 i 10) ističe kako tjelesni odgoj, tjelesna aktivnost i sport moraju dati prioritet sigurnosti i dobrobiti svih sudionika, osiguravajući sigurno okruženje koje podržava dostojanstvo, prava i zdravlje. Sve prakse ili događaji koji ugrožavaju sigurnost ili uključuju neopravdane rizike u suprotnosti su s integritetom i potencijalnim prednostima tih aktivnosti i zahtijevaju hitnu akciju.

Kako bi održali sigurnost i upravljali rizicima, svi dionici moraju aktivno raditi na uklanjanju praksi koje štete ili ograničavaju sudionike, gledatelje i edukatore, s posebnim osvrtom na ranjive skupine kao što su djeca, mladi, starije osobe, žene, osobe s invaliditetom, migranti i domorodački narod. Štetne prakse obuhvaćaju diskriminaciju, rasizam, homofobiju, zlostavljanje, doping, manipulaciju, uskraćivanje obrazovanja, pretjeranu obuku djece, seksualno iskorištavanje, trgovinu ljudima i nasilje. Svi dionici u tjelesnom odgoju, tjelesnoj aktivnosti i sportu, uključujući sudionike, administratore, učitelje, trenere i roditelje, trebaju biti svjesni mogućih rizika, posebno za djecu, povezanih s opasnim ili neprikladnim metodama treniranja, natjecanja i psihološkim pritiscima. Zaštita i promicanje integriteta i etičkih vrijednosti u tjelesnom odgoju, tjelesnoj aktivnosti i sportu od iznimne su važnosti. Neophodne su različite mjere i suradnje kako bi se zaštitila ta načela i suprotstavilo prijetnjama njihovoj vjerodostojnosti i obrazovnim funkcijama. Moraju se uložiti napor u borbu protiv zlostavljanja, uključujući nasilje, doping, političko iskorištavanje, korupciju i manipulaciju sportskim natjecanjima, što potkopava integritet i obrazovne aspekte tjelesnog odgoja, tjelesne aktivnosti i sporta.

### **3.2. Institucionalni okvir zaštite prava djece u Republici Hrvatskoj**

Nacionalni plan za prava djece u Republici Hrvatskoj za razdoblje od 2022. do 2026. iz 2022. godine (dalje u tekstu Nacionalni plan, 2022), ima za cilj stvaranje politike zaštite prava djece, osiguravajući prava svakog djeteta bez iznimke i dajući prednost najboljem interesu djeteta. Plan promiče sveobuhvatno poboljšanje zaštite dječjih prava putem suradnje svih relevantnih dionika i sustava te izmjenom i prilagodbom postojećih zakona i akata. Svi faktori koji doprinose zaštiti prava djeteta imaju aktivnu ulogu u omogućavanju optimalnog razvoja djeteta. Plan postavlja specifične ciljeve i mjere kako bi se suzbila diskriminacija i socijalna isključenost djece, s naglaskom na zaštitu mentalnog zdravlja djece i podršku roditeljima koji odgajaju djecu u teškim uvjetima.

Također se poduzimaju mjere za zaštitu djece od svih oblika nasilja, uključujući nasilje u obitelji, među vršnjacima i u digitalnom svijetu, s ciljem zaštite socijalnog razvoja i integriteta djeteta. Kroz provedbu mjera, očekuje se poticanje veće participacije djece u odlučivanju na lokalnoj, regionalnoj i nacionalnoj razini, što ih smatra aktivnim sudionicima društvenih procesa u kojima mogu slobodno izražavati svoje mišljenje o pitanjima koja ih se tiču. Plan također osigurava sustavnu podršku djeci u digitalnom okruženju, uz razvoj medijske

pismenosti, kako bi se iskoristili pozitivni učinci digitalne tehnologije na njihov razvoj. Kada su djeca uključena u sudske postupke ili imaju doticaj sa zakonima, primjenjuje se prilagođeno pravosuđe usmjereno na djecu kao smjernica za postupanje (Nacionalni plan, 2022).

Vlada Republike Hrvatske kontinuirano je donosila akte strateškog planiranja za zaštitu i promicanje prava djeteta od 1999. godine. Ti akti uključuju Nacionalni program djelovanja za djecu za razdoblje 1999. do 2005., Nacionalni plan aktivnosti za prava i interese djece od 2006. do 2012., Prioritetne aktivnosti za dobrobit djece od 2003. do 2005. te Nacionalnu strategiju za prava djece za razdoblje od 2014. do 2020. godine. U skladu s tim, Vlada RH je donijela odluku o izradi Nacionalnog plana za prava djece za razdoblje od 2021. do 2026. godine. Nacionalni plan ima za cilj daljnje unaprjeđenje prava djece kroz provedbu međunarodnih i nacionalnih standarda te kroz cjelovit i integrativan pristup. Usklađen je s Nacionalnom razvojnom strategijom RH do 2030. godine, a izrada plana uzima u obzir različite nacionalne planove koji su usklađeni s ciljevima Nacionalnog plana za isto ili slično razdoblje. Uspostavljeni su Ured pravobranitelja za djecu i Vijeće za djecu kao tijela koja se bave zaštitom i promicanjem prava djece. Osim zakonodavnih i strateških dokumenata, politika prema djeci obuhvaća i aktivnosti tijela državne uprave, lokalnih samouprava, ustanova i organizacija civilnog društva koje doprinose poboljšanju kvalitete života djece i razvoju njihovog punog potencijala (Nacionalni plan, 2022).

Kako bi se očuvalo mentalno zdravlje djece, podržava se poticanje svakodnevne tjelesne aktivnosti, kako unutar obrazovnog sustava, tako i izvan njega kroz sportske aktivnosti. Povećanjem broja sportskih programa i uključivanjem većeg broja djece u rekreativne aktivnosti, stvaraju se bolji uvjeti za redovito bavljenje sportom s ciljem poboljšanja tjelesnog i mentalnog zdravlja te razvijanja zdravih životnih navika. Posebna pažnja posvećuje se osiguravanju pristupa sportskim aktivnostima za ranjive skupine djece iz materijalno ugroženih obitelji. Sudjelovanje u sportu potiče psihološki i socijalni razvoj djece te ih uči vještinama koje mogu primijeniti izvan sportskih terena ili dvorana, poput samokontrole, upravljanja emocijama, uspješnog suočavanja s izazovima i timskog rada (Nacionalni plan, 2022:10).

Hijerarhija dječjih prava nije prisutna, a sva su prava jednako važna za zdrav i odgovoran razvoj djeteta. Građani, posebno institucije i stručnjaci koji rade s djecom, trebaju biti svjesni dječjih prava kako bi dijete bilo zaštićeno i kako bi se poštovala prava drugih. Javne politike trebaju ciljati na zaštitu prava svakog djeteta, rješavanje zajedničkih problema i pružanje rješenja.

Nacionalni plan ima sveobuhvatan pristup djelovanju javnih institucija u ostvarivanju posebnih ciljeva za dobrobit svakog djeteta.

Republika Hrvatska putem nacionalne zakonodavne regulative osigurava osnovna prava djeteta, uključujući građanska, politička, socijalna, ekonomska i kulturna prava, kako je definirano u UN-ovoj Konvenciji o pravima djeteta. Ova prava uključuju pravo djeteta da odrasta u obiteljskom okruženju, pravo na socijalnu sigurnost, pravo na odgovarajući životni standard za tjelesni, psihički i društveni razvoj, pravo na obrazovanje, pravo na zdravstvenu skrb, pravo na slobodu izražavanja mišljenja, pravo na informacije, pravo na odmor i igru, pravo na privatnost, pravo na sudjelovanje u društvenim procesima i pravo na zaštitu (Nacionalni plan, 2022).

Cilj Nacionalnog plana je učinkovita zaštita dječjih prava u Republici Hrvatskoj putem integriranog pristupa kroz suradnju različitih sektora, poput socijalne politike i obitelji, pravosuđa, zdravstva, obrazovanja, sporta i kulture. Prava djece su povezana s tim sektorima, koji su odgovorni za poštivanje, promicanje, očuvanje i unaprjeđenje prava djeteta, s ciljem poboljšanja životnih uvjeta za djecu (Nacionalni plan, 2022:29).

Nacionalni plan, (2022:30) donosi tri prioriteta:

1. Razvijanje javnih politika za poticanje jednakih mogućnosti za djecu u riziku od siromaštva ili socijalne isključenosti te usmjerenost na nacionalni pristup eliminaciji nasilja nad djecom.
2. Razvijanje javnih politika za osiguravanje sustavne podrške i unaprjeđenje kvalitete života djece, kao i njihove sigurnosti, kako bi rasla i razvijala se u sigurnom i stabilnom okruženju.
3. Pravosuđe prilagođeno djeci kojim se osigurava sustavna zaštita prava ranjivih skupina djece u pravosudnim tijelima i sudskim postupcima te u svim interakcijama s pravom, uz naglasak na važnost individualiziranog pristupa u pravosuđu koji je pristupačan svakom djetetu, bez ikakve diskriminacije.

### **3.4. Zaštita djece i samoregulacija sporta**

Tek su sredinom 1980-ih znanstvenici (Hall, 1985, White i Brackenridge, 1985, Leonard, 1986) počeli kritički ispitivati zlostavljanje i iskorištavanje u sportu, usredotočujući se na pitanja kao

što su rodna diskriminacija i financijsko iskorištavanje sportaša. Međutim, tek su se nedavno ta pitanja počela promatrati kroz prizmu ljudskih prava. Ujedno je potrebno istaknuti kako percepcija djece kao ranjive skupine i dalje dominira zapadnim razmišljanjem i ima negativne implikacije na njihov tretman. Gotovo 50 godina nakon što je Ralbovsky (1974.) prvi istaknuo vezu između sporta i ljudskih prava, sada je široko poznato da sport može biti plodno tlo za kršenja istih.

Uznemirujuća je činjenica da se ova kršenja često događaju i često prolaze neosporeno ili nezapaženo. Zloupotreblijiva praksa treniranja i komodifikacija sportaša, uključujući i djecu sportaše, postali su duboko ukorijenjeni u strukturu i kulturu sporta, predstavljajući prevladavajući model za postizanje uspjeha. Takvo se ponašanje često opravdava kao "funkcionalno" i "normalno", smatra se nužnim ne samo za poboljšanu izvedbu i uspjeh, već i kao sastavni dio toga (Lang, 2021.). U kojoj su mjeri dječje perspektive istinski integrirane u politiku i praksu trenera, klubova i organizacija ostaje uglavnom nepoznato. Znanstvenici sugeriraju da postoji značajan jaz između odredbi UNCRC-a i stvarnih iskustava djece u području sporta (Lang, 2022).

Djeca koja se bave vrhunskim sportovima posebno su ranjiva, budući da je rano prepoznavanje talenata i specijalizacija dovelo do intenzivnih obaveza, visokih razina treninga i ogromnog pritiska od mladosti. Istraživanje koje su proveli Ricijaš i sur. (2016), bavi se nasilnim i nesportskim ponašanjem među mladim nogometašima u Zagrebu, uključujući njihove odnose s roditeljima i trenerima. Rezultati su pokazali da postoji određena tolerancija prema nesportskom ponašanju među mladim nogometašima, posebno u vezi s manjim prekršajima. Također, uočena je prisutnost nasilja među samim sportašima, uglavnom u obliku verbalne agresije. Razlike su primijećene u percepciji roditeljskog ponašanja, gdje sportaši manje izvještavaju o nasilju od strane roditelja u usporedbi s trenerima. Treneri često primjećuju roditeljsko nasilje, koje se često manifestira kroz vikanje, prigovaraje zbog treninga i stvaranje emocionalnog stresa. Istraživanje koje su proveli Ricijaš i sur. (2016), sugerira potrebu za dodatnom edukacijom trenera i roditelja o agresivnom ponašanju i nesportskim postupcima među mladim nogometašima. Također, naglašava važnost podrške osobnom napretku sportaša umjesto naglaska na pobjedi te promicanje poštovanja u sportskim aktivnostima.

Postoje ograničena znanja i podaci u ovom području, ali se procjenjuje da je oko 20% djece uključene u natjecateljski sport u opasnosti od zlostavljanja, uznemiravanja ili iskorištavanja, a 10% doživljava neki oblik kršenja ljudskih prava, ističe Farstad, (2006). Unatoč ovim alarmantnim statistikama, tim se mladim sportašima nudi malo ili nimalo zaštite. Dok su neke zemlje uvele zakone za zaštitu mladih sportaša, širi propisi o ljudskim pravima još nisu imali značajan utjecaj na određene sportske prakse. Štoviše, upitna je privrženost sportskih organizacija vlastitim načelima i procedurama, kako su navedeni u poveljama, deklaracijama i kodeksima (Farstad, 2006).

Prema Konsenzusnoj izjavi Međunarodnog olimpijskog odbora (MOO) o treniranju elitnih dječjih sportaša iz 2008., naglašava se da sportsko iskustvo za mlade sportaše treba biti ugodno i ispunjavajuće. Međutim, Mountjoy Rhind, Tiivas i sur. (2015) ističu kako je nužan uravnotežen pristup kada se razmatra sudjelovanje djeteta u sportu, izbjegavanje ekstremne kritike ili pohvala pozitivnih ishoda. Iako je opće poznato da sudjelovanje u sportu ima zdravstvene dobrobiti za djecu, te dobrobiti nisu zajamčene, te se dobrobit osobe ne može oslanjati samo na njezino bavljenje sportom. Iako postoje potencijalne pozitivne zdravstvene i socijalne dobrobiti za djecu sportaše u zdravom sportskom okruženju, važno je prepoznati temeljne prijetnje i opasnosti koje mogu postojati u nezdravoj sportskoj kulturi u kojoj dolazi do zlostavljanja i uznemiravanja (Mountjoy i sur., 2015).

Unatoč usvajanju Opće deklaracije o ljudskim pravima (UDHR) od strane Opće skupštine UN-a 1948. godine, sportske vlasti sporo su integrirale ljudska prava u sport, ako su to uopće učinile. Načela ljudskih prava proizlaze iz UDHR-a, koja se sastoji od 30 članaka koji ocrtavaju temeljna prava i slobode pojedinaca. Članak 25. stavak 2. UDHR-a posebno priznaje pravo na posebnu skrb i pomoć za majčinstvo i djetinjstvo, priznajući ranjivost djece (Lang, 2022). Ovo priznanje dovelo je do stvaranja međunarodnih instrumenata usmjerenih na dječja prava, kao što su:

- Ženevska deklaracija o pravima djeteta (1924.),
- Deklaracija o pravima djeteta (1959.) i
- Konvencija Ujedinjenih naroda o pravima djeteta (UNCRC) (1989).

Kako bi se pozabavio zaštitom sportaša u sportu, MOO je izradio dva važna dokumenta. Olimpijska povelja (2013.) ocrta načela olimpizma i raspravlja o ulozi MOO-a u zaštiti zdravlja sportaša i borbi protiv diskriminacije. Medicinski kodeks olimpijskog pokreta (2009.)



naglašava potrebu za mjerama za zaštitu zdravlja sudionika, minimiziranje fizičkih i psihičkih rizika i osiguranje poštene igre i sportske etike. Ovi dokumenti pokazuju predanost MOO-a očuvanju zdravlja sportaša, uključujući i djecu sportaše. MOO je objavio konsenzusne izjave o raznim temama, kao što su obuka elitnih sportaša djece, seksualno uznemiravanje i zlostavljanje u sportu, određivanje dobi, kondicija i zdravlje djece te sportski razvoj mladih. Organizacija je također razvila obrazovne alate za sportaše i trenere o prevenciji ozljeda, seksualnom uznemiravanju i zlostavljanju i zdravoj slici tijela. Stvaranje modela sportskog razvoja mladih za konsenzusnu izjavu MOO-a uključivalo je doprinos stručnjaka znanstvenika, liječnika i stručnjaka za sportove mladih. Jednoglasno je prihvaćeno da bi zaštita djece sportaša trebala biti sastavni dio modela (Mountjoy i sur., 2015).

Prepoznajući jedinstvene rizike s kojima se suočavaju djeca u elitnom sportu, napori su prvenstveno usmjereni na podizanje svijesti i pružanje obrazovanja. Iako su to važni alati, potrebno im je vrijeme da dovedu do društvene promjene i ponude dovoljnu zaštitu djeci koja su trenutno izložena zlostavljanju. Stoga bi trebalo razmotriti alternativne pristupe, poput utvrđivanja minimalne dobi za početak specijalizacije u treningu, kako bi se zaštitila prava djece (Farstad, 2006).

Trenutačno postoji nekoliko zaštitnih mjera, poput ograničenja vremena treninga ili broja natjecanja za djecu sportaše. Provedba obveznog obrazovanja ili poštivanje zdravstvenih i sigurnosnih propisa, koji su standardni u drugim industrijama, također često nedostaje. Roditelji mogu biti isključeni iz treninga svoje djece i odluka koje se tiču njihovog zdravlja i uključenosti. Treneri mogu imati značajnu kontrolu nad djecom, a roditelji se mogu osloniti na zaradu svoje djece. Uspoređujući zakone o dječjem radu sa sportom, postaje jasno da u sportu postoje izrabljivačke prakse koje se nikada ne bi tolerirale u obrazovnim ili radnim okruženjima (Farstad, 2006).

Djeca su u sportu ranjiva i često nisu svjesna onoga što im se događa jer su manipulirana od strane počinitelja od rane dobi. Strah od nepovjerenja, sram i krivnja te nedostatak podrške sprječavaju djecu da istupe. Rješavanje ovog problema zahtijeva uspostavu postupaka prijavljivanja i učinkovitih politika zaštite djece u sportu (Thompson-Wells, 2022). Važno je pružiti obuku svima koji su uključeni u sportske institucije te provoditi sustavne provjere za osobe koje rade s djecom. Također je bitno educirati sportaše o zlostavljanju djece (Thompson-

Wells, 2022). Kontinuirano istraživanje i podizanje svijesti o seksualnom i fizičkom zlostavljanju djece u sportu ključni su za održavanje dijaloga i napredak u ovom području.

Human Rights Watch dokumentirao je rizike s kojima se suočavaju djeca kada sportski savezi ne poduzmu mjere da ih zaštite u zemljama poput Haitija, Afganistana, Japana i Malija. Primjerice, u Maliju je Košarkaški savez pokušao zataškati pritužbe o seksualnom zlostavljanju koje su sportašice uputile protiv svog trenera. Iako je trener na kraju uhićen zbog pedofilije, u međuvremenu je pušten, što je ugrozilo one koji su prijavili zlostavljanje. U Japanu, Human Rights Watch je istaknuo štetne učinke tjelesnog kažnjavanja u sportu na djecu sportaše, što dovodi do doživotnih posljedica za fizičko i mentalno zdravlje kao što su tjeskoba, depresija, pa čak i samoubojstvo. Sportski savezi su ti koji trebaju zlostavljače pozvati na odgovornost, čak i ako je riječ o čelnicima istih. Human Rights Watch je dokumentirao slučajeve u kojima su predsjednici nacionalnih nogometnih saveza seksualno zlostavljali tinejdžere u ženskim nacionalnim timovima (La Puente, 2022). Sportski savezi poput FIFA-e i Međunarodnog olimpijskog odbora snose odgovornost osigurati da djeca sportaši koja su bila zlostavljana dobiju pravdu. To podrazumijeva uspostavljanje mehanizama prijavljivanja, pružanje pravnih lijekova kao što su potpora nakon traume i pravnu pomoć te osiguranje sigurnosti i zaštite sportaša koji prijavljuju zlostavljanje, bez straha od odmazde (La Puente, 2022).

Formalizacija i internacionalizacija zaštite u sportu učinile su je značajnim problemom za organizacije koje rade s djecom sportašima. U suradnji s više od 50 organizacija, razvijene su Međunarodne mjere zaštite za djecu u sportu, koje ocrtavaju potrebne radnje za osiguranje sigurnosti djece koja se bave sportom. Ove se mjere zaštite temelje na istraživanju koje uključuje različite perspektive iz različitih zemalja i skupina dionika. Osam zaštitnih mjera uključuje razvoj politika, uspostavljanje postupaka za odgovor na pitanja zaštite, pružanje savjeta i podrške, minimiziranje rizika za djecu, postavljanje smjernica za ponašanje, zapošljavanje, obuku i komunikaciju, rad s partnerima te praćenje i ocjenjivanje (Mountjoy i sur., 2015).

Ove su mjere zaštite razvijene na temelju međunarodnih deklaracija, Konvencije Ujedinjenih naroda o pravima djeteta, relevantnog zakonodavstva, vladinih smjernica, postojećih standarda zaštite djece i dobre prakse. Proces razvoja uključivao je sveobuhvatan pregled postojeće literature, uključujući empirijske dokaze, politike i lokalne ili nacionalne programe.

Međunarodne mjere zaštite djece u sportu prevladavaju nekoliko izazova identificiranih u literaturi u vezi sa zaštitom u sportu (Rhind i Owusu-Sekyere, 2019):

- pružaju globalni okvir koji vodi i olakšava razvoj politika, postupaka i praksi na nacionalnoj i lokalnoj razini
- potiču organizacije na proaktivno sprječavanje zlouporabe mjerama poput provjere prošlosti i obrazovanja
- pomažu organizacijama u provedbi odgovarajućih mjera kada se otkriju zabrinutosti vezane uz zaštitu
- promiču praksu utemeljenu na dokazima naglašavajući učinkovito prikupljanje i učenje iz podataka.

Tijekom jednogodišnje pilot faze, podaci su prikupljeni iz intervjua s voditeljima zaštite, mrežnih grupnih rasprava i povratnih informacija od Grupe članova osnivača. Na temelju tih podataka identificirano je osam ključnih stupova koji su ključni za uspješnu provedbu zaštitnih mjera koji uključuju (Mountjoy i sur., 2015):

- Jasne politike i procedure
- Holistički pristup zaštiti
- Inkluzivno i podržavajuće okruženje
- Vodstvo i odgovornost
- Razvojno primjerene prakse
- Obrazovanje i svijest
- Netolerancija lošeg ponašanja
- Stalno praćenje i evaluacija

Pridržavajući se ovih stupova, sportske organizacije mogu učinkovito provoditi zaštitne mjere i osigurati zaštitu djece koja se bave sportom. Međunarodni Olimpijski odbor (2005) donosi slijedeće preporuke u cilju sprječavanja zlostavljanja djece u elitnim sportovima:

- Provođenje većeg broja znanstvenih istraživanja u cilju stjecanja boljeg razumijevanja specifičnih parametara treninga za djecu sportaše. Informacije je potrebno prenijeti trenerima, sportašima, roditeljima, sportskim upravnim tijelima i znanstvenoj zajednici.

Međunarodne federacije i nacionalna sportska upravna tijela trebaju:

- Uspostaviti programe za praćenje bolesti i ozljeda među sportašima

- Pratiti intenzitet i količinu treninga, te rasporede natjecanja
- Osigurati prisutnost visokokvalitetnog treniranja i odgovornog vodstva odraslih
- Pridržavati se propisa navedenih u Svjetskom antidopinškom kodeksu
- Roditelji ili skrbnici trebali bi razviti snažan sustav podrške za promicanje uravnoteženog načina života za svoju djecu sportaše što uključuje pružanje pravilne prehrane, dovoljno sna, akademski razvoj, psihološko blagostanje i prilike za socijalizaciju
- Treneri, roditelji, sportski administratori, mediji i drugi relevantni dionici trebali bi težiti smanjenju pretjeranog treninga i natjecateljskog stresa koji se stavlja na djecu sportaše.

Dokument *Principles for Children's Rights in Sports* (2018), Japanskog odbora za UNICEF, predstavlja još jedan dokument koji daje preporuke u području zaštite djece u sportu, te predstavlja skup načela usmjerenih na zaštitu dječjih prava u kontekstu sporta. Naglašava potrebu da se spriječi prijevarno ponašanje, poput namještanja utakmica i korupcije, na što su djeca posebno osjetljiva kako se sport sve više komercijalizira. Dokument poziva na edukaciju i discipliniranje svih pojedinaca uključenih u dječji sport, uključujući trenere i druge članove sustava podrške, kako bi se osigurala poštena igra i transparentnost.

Nadalje, načela naglašavaju važnost zaštite tjelesnog i psihičkog zdravlja djece. Zagovara sportsku poduku primjerenu dobi, izbjegavanje pretjeranog treninga koji bi mogao dovesti do izgaranja i potencijalne dugoročne štete. Također prepoznaje ulogu odraslih u postavljanju nerealnih očekivanja za djecu i potiče okruženje puno poštovanja u kojem je dobrobit djece prioritet (Japan Committee for UNICEF, 2018).

Što se tiče dopinga, dokument naglašava potrebu da se djeca zaštite od upotrebe ilegalnih supstanci i da se osigura da se supstance koje poboljšavaju učinak, kao što su dodaci prehrani, koriste s oprezom kako bi se spriječila šteta. Ističe važnost edukacije svih uključenih pojedinaca, uključujući trenere i medicinsko osoblje, o pravilnoj prehrani i sigurnim praksama.

Načela također naglašavaju potrebu uspostave sustava upravljanja koji štiti prava djece. To uključuje formuliranje i objavljivanje politika koje se obvezuju na poštivanje i podržavanje prava djece u sportu. Poziva na prepoznavanje i ublažavanje rizika, provedbu pravila i kodeksa ponašanja, praćenje pitanja koja mogu utjecati na dječja prava i pružanje pristupačnih

mehanizama za prijavu i pravnih lijekova za zabrinutosti ili pritužbe (Japan Committee for UNICEF, 2018).

Na kraju, dokument naglašava važnost osiguravanja potrebnog razumijevanja i angažmana odraslih koji se bave djecom i sportom. Poziva na odgovarajuće standarde zapošljavanja, redovito obrazovanje i obuku o dječjim pravima te promicanje dijaloga među svim uključenim pojedincima. Također je naglašeno pružanje sigurnog prostora za djecu da izraze svoje brige i ideje. Općenito, ovaj dokument služi kao vodič za promicanje dječjih prava u sportu, s fokusom na sprječavanje nedoličnog ponašanja, zaštitu zdravlja, uspostavljanje sustava upravljanja i osiguravanje razumijevanja i angažmana odraslih uključenih u dječji sport (Japan Committee for UNICEF, 2018).

Projekt CSiS (Children Safeguard in Sports) koji se provodio od 2020-2022, imao je primarni cilj pomoći i podrške europskim zemljama u razvoju i provedbi učinkovite politike zaštite djece u području sporta. Projekt je imao za cilj stvoriti sigurno, pozitivno i osnažujuće sportsko okruženje za svu uključenu djecu (Vijeće Europe). Jedno posebno područje fokusa bilo je uspostavljanje službenika za zaštitu djece u sportu. Te su osobe smatrane ključnim osobama u razvoju i provedbi strategija zaštite djece, uključujući složene odgovornosti povezane s vođenjem slučajeva. Zemlje partneri dobile su smjernice o tome kako uspostaviti, obučiti i pružiti stalnu podršku tim OCD-ima unutar svojih nacionalnih konteksta. Projekt je bio strukturiran oko tri glavne komponente (Vijeće Europe):

- Prilagođene mape puta: Zemlje partneri dobile su prilagođene mape puta koje su ocrtavale korake za razvoj i provedbu učinkovite politike zaštite djece u sportu. Ove mape puta poslužile su kao vodič za osnivanje OCD-a i uključivale su konkretne radnje i preporuke.
- Izgradnja kompetencija i vještina: Projekt je bio usmjeren na jačanje kompetencija i vještina pojedinaca koji bi igrali ulogu u provedbi planova i postavljanju pozicija OCD-a. To je uključivalo programe obuke i inicijative za izgradnju kapaciteta kako bi se osiguralo da su relevantni dionici opremljeni potrebnim znanjem i stručnošću.
- Dijeljenje resursa i dobrih praksi: Projekt je imao za cilj opremiti različite pojedince uključene u stvaranje sigurnog sportskog okruženja za djecu, uključujući organizacije civilnog društva, donositelje odluka, sportske voditelje, trenere i druge. Dobili su resurse, alate i primjere dobre prakse kako bi im pomogli u njihovim ulogama i odgovornostima.

Baveći se ovim komponentama, projekt CSiS nastojao je podržati partnerske zemlje u jačanju njihovih napora u zaštiti djece u sportu i njegovanju kulture sigurnosti i zaštite za svu uključenu djecu.

UNICEF Office of Research - Innocenti (2020) navodi kako su trenutačno primarni pravni instrumenti koji pružaju zaštitu djeci koja su izložena prodaji i seksualnom iskorištavanju Konvencija UN-a o pravima djeteta i njezini Fakultativni protokoli, posebice Fakultativni protokol o prodaji djece, dječjoj prostituciji i dječjoj pornografiji. Nadalje, relevantne konvencije Međunarodne organizacije rada (International Labour Organization - ILO), kao što je Konvencija br. 182 o najgorim oblicima dječjeg rada, opisuju posebna prava i zaštitu koja se daje djeci (onoj mlađoj od 18 godina). Privatni akteri uključeni u organizaciju i upravljanje sportskim događajima također se vode vodećim načelima Ujedinjenih naroda o poslovanju i ljudskim pravima (2010.), koja, iako nisu pravno obvezujuća, nude smjernice o ulozi nedržavnih aktera u zaštiti ljudskih prava, uključujući zaštitu djece u ranjivim situacijama.

Važna prekretnica u zaštiti dječjih prava u kontekstu sporta je usvajanje Akcijskog plana iz Kazana 2017. Ovaj plan povezuje razvoj sportske politike s ciljevima održivog razvoja navedenima u Agendi 2030, čime se iskazuje predanost nacionalnih vlada da uključe ciljeve održivog razvoja u svoje programe nacionalne politike. Kazanski akcijski plan uključuje smjernice za programe zaštite djece u sportu i naglašava potrebu za pozitivnim odnosima, iskrenom komunikacijom, pravednim odgovorom i ublažavanjem kako bi se osigurao zdrav i održiv sport za sve. Poziva države da zaštite djecu, adolescente i ranjive skupine u kontekstu sporta, usklađujući se s posebnim ciljevima SDG-a koji se odnose na uklanjanje nasilja nad ženama i djevojčicama, iskorjenjivanje prisilnog rada i dječjeg rada te sprječavanje zlostavljanja, iskorištavanja, trgovina ljudima i nasilje nad djecom (UNICEF Office of Research – Innocenti, 2020).

### **3.5.Odgovornost za zaštitu djece u sportu**

Centar za sport i ljudska prava, osnovan je 2018. u Ženevi, kao rezultat procesa s više dionika koji je pokrenuo Institut za ljudska prava i poslovanje (IHRB). To je neprofitna organizacija posvećena stvaranju pozitivnih rezultata za ljude i zajednice na koje utječe sport. Centar djeluje prema načelima Sporting Chance i ima jedinstvenu upravljačku strukturu koja uključuje različite dionike, uključujući švicarsku vladu, međunarodne radničke sindikate, organizacije poslodavaca i tijela za ljudska prava poput Međunarodne organizacije rada (ILO) i Ureda

visokog povjerenika UN-a za ljudska prava (OHCHR). Mary Robinson, bivša predsjednica Irske i bivša visoka povjerenica UN-a za ljudska prava, služi kao pokrovitelj utemeljitelj. Organizacija je postala potpuno neovisna u srpnju 2021., a regulira ju Komisija za dobrotvorne svrhe za Englesku i Wales. Upravljanje nadzire upravni odbor, a glavna izvršna direktorica, Mary Harvey, izvješćuje upravu (Centre for Sport and Human Rights, 2023) zajedničkim djelovanjem i potporom načelima Sporting Chance. Centar ima za cilj razmjenu znanja, povećanje kapaciteta i pozivanje svih sportskih dionika na odgovornost za ljudska prava. Posebni predstavnik glavnog tajnika za nasilje nad djecom služi kao globalni zagovornik za sprječavanje i uklanjanje svih oblika nasilja nad djecom. Usklađen s Konvencijom o pravima djeteta i drugim instrumentima za ljudska prava, posebni predstavnik mobilizira akciju i političku potporu za rješavanje ovog problema u cijelom svijetu .

UNICEF djeluje u izazovnim okruženjima kako bi došao do djece i adolescenata u nepovoljnom položaju, štiteći njihova prava i promičući njihovu dobrobit. Uz prisutnost u više od 190 zemalja i teritorija, UNICEF neumorno radi kako bi osigurao da djeca prežive, napreduju i ostvare svoj puni potencijal, od ranog djetinjstva do adolescencije. U hitnim slučajevima UNICEF pruža pomoć i podršku djeci i obiteljima koja spašavaju živote. Kao nepolitička i nepristrana organizacija, UNICEF aktivno brani prava djece i čuva njihove živote i budućnost.

Uz sve veće prepoznavanje potencijalnih prijetnji i oblika nasilja s kojima se suočavaju djeca sportaši, raste razumijevanje načina na koji se ti rizici mogu svesti na minimum, ističu Mountjoy i sur., (2015). Moralna, etička i zakonska odgovornost sportskih organizacija je da provode programe koji štite zdravlje i dobrobit djece u sportu. Međutim, unutar sportske zajednice mogu postojati prepreke zbog prirode sportskog poslovanja, koje se oslanja na napetosti i djelovanje kako bi se zainteresiralo medije. Kako bi se prevladale ove prepreke i promicalo usvajanje zaštitnih mjera u sportu, ključno je jasno definirati neprimjerena nasilna ponašanja (Mountjoy i sur., 2015).

Uz provedbu međunarodnih zaštitnih mjera za djecu u sportu, sportske organizacije također bi trebale uključiti načela navedena u Medicinskom kodeksu olimpijskog pokreta. Ovaj kodeks vodi pružatelje zdravstvenih usluga u njihovoj interakciji sa sportašima, uključujući najbolje prakse za informirani pristanak, povjerljivost i zaštitu zdravlja sportaša tijekom treninga i natjecanja. Posebno se bavi jedinstvenim karakteristikama djece sportaša, koji imaju različite faze rasta, sazrijevanja i psihosocijalnog razvoja, što predstavlja različite zdravstvene rizike u

sportskom kontekstu. Kodeks naglašava da bi pružatelji zdravstvenih usluga trebali dati prednost zdravlju djece nad bilo kojim drugim interesima ili pritiscima od strane trenera, uprave, obitelji ili drugih sportaša (Mountjoy i sur., 2015).

Za više sportske događaje koji uključuju djecu sportaše, organizacije bi trebale promicati suradnju između zaštitnih organizacija, timskih liječnika i zdravstvenih stručnjaka na terenu. Ova suradnja omogućit će bliže praćenje i identifikaciju zabrinjavajućih obrazaca ozljeda ili znakova nasilja, kao i učinkovitije upravljanje optužbama. Nadalje, kako bi se osigurala sigurnost djece u sportu u vezi s upotrebom lijekova za poboljšanje performansi, sportske bi organizacije trebale usvojiti i prilagoditi pravila i načela navedena u Kodeksu Svjetske antidopinške udruge. Provedbom ovih mjera, smatraju Mountjoy i sur., (2015), prilagođenih lokalnom kontekstu, sportske organizacije mogu poboljšati zaštitu djece sportaša, promicati njihovu dobrobit i ublažiti rizike s kojima se mogu suočiti u sportskom okruženju.

Kako bi se riješilo i spriječilo nasilje nad djecom u sportu, od ključne je važnosti da javna tijela i sportske organizacije prepoznaju problem, razbiju tabu oko njega i poduzmu konkretne mjere za zaštitu djece. To uključuje razvoj sveobuhvatnih politika i akcijskih planova za zaštitu djece te osiguravanje njihove učinkovite provedbe kako bi se osigurala sigurnost svih maloljetnika uključenih u sport (Vijeće Europe, 2023).

Europska unija i Vijeće Europe uspostavili su normativne i političke okvire koji naglašavaju važnost rješavanja problema nasilja u sportu i zaštite djece. Ovi okviri uključuju (Vijeće Europe, 2023):

- Preporuku Vijeća Europe o rodno osviještenoj politici u sportu (2015.): Ova preporuka potiče vlade država članica da usvoje, provode i prate politike i mjere u suradnji sa sportskim organizacijama za sprječavanje i borbu protiv rodno uvjetovanog nasilja nad ženama i djevojčicama u sportu. Bavi se različitim oblicima nasilja kao što su fizičko zastrašivanje ili nasilje, verbalno zlostavljanje, psihičko uznemiravanje te seksualno uznemiravanje i zlostavljanje.
- Preporuke Stručne skupine Europske komisije o dobrom upravljanju za zaštitu mladih sportaša i zaštitu prava djece u sportu (2016.): Ove preporuke savjetuju državama članicama EU-a da uspostave učinkovito zakonodavstvo i propise za borbu protiv nasilja nad maloljetnicima u sportu. Oni također potiču pružanje potpore sportskim



organizacijama u razvoju politika zaštite djece i poticanju suradnje i partnerstva među sportskim organizacijama.

Nadalje, Vijeće Europe postavilo je dodatne važne standarde koji pozivaju države u Europi i šire da usvoje posebne zakone i poduzmu mjere za sprječavanje nasilja, zaštitu žrtava i kazneni progon počinitelja u svim okruženjima. Ovi standardi uključuju:

- Konvenciju Vijeća Europe o zaštiti djece od seksualnog iskorištavanja i seksualnog zlostavljanja (Konvencija iz Lanzarotea, 2007.): Ova konvencija ima za cilj spriječiti i boriti se protiv seksualnog iskorištavanja i seksualnog zlostavljanja djece. Njime se uspostavljaju pravne mjere za države članice za rješavanje ovih zločina, zaštitu djece žrtava i promicanje međunarodne suradnje.
- Konvencija o sprječavanju i borbi protiv nasilja nad ženama i nasilja u obitelji (Istanbulska konvencija, 2011.): Ova se konvencija bavi različitim oblicima nasilja nad ženama, uključujući nasilje u obitelji i nasilje u intimnim odnosima. Poziva na zakonodavne mjere, usluge podrške žrtvama i preventivne radnje za borbu protiv nasilja nad ženama.

Ovi standardi naglašavaju važnost zakonodavnih radnji, zaštite žrtava i suradnje između država i sportskih organizacija za sprječavanje nasilja, zaštitu žrtava i pozivanje počinitelja na odgovornost u svim kontekstima, uključujući sport (Vijeće Europe, 2023).

Sportski klubovi i organizacije imaju odgovornost uspostaviti učinkovitu politiku i postupke zaštite. Ove bi politike trebale navesti potrebne korake za zaštitu djece, uključujući kodekse ponašanja za sudionike i osoblje, sigurne procese zapošljavanja i relevantnu obuku za zaposlenike i volontere. Nacionalna upravljačka tijela često daju smjernice i resurse za pomoć klubovima i pojedincima u provedbi ovih zaštitnih mjera. Dužnost brige je zakonska i etička obveza koju sportski klubovi i organizacije imaju prema djeci i mladima. To znači osigurati njihovu sigurnost i dobrobit poduzimanjem razumnih koraka za sprječavanje štete. To uključuje uspostavu odgovarajućih politika i postupaka zaštite te pridržavanje zakona o zdravlju i sigurnosti (National Society for the Prevention of Cruelty to Children, 2023).

Za sportske voditelje ključno je razumijevanje zaštite i zaštite djece. Stvaranje sigurnog i ugodnog okruženja za djecu i mlade poboljšava njihovo sudjelovanje i cjelokupno iskustvo u sportu. Za sportske voditelje važno je da budu u stanju prepoznati znakove zlostavljanja, pozabaviti se lošom praksom i prikladno odgovoriti na zabrinutost. To uključuje znanje kako

prijaviti i dokumentirati zabrinutosti prema odgovarajućim postupcima. Dajući prioritet zaštiti i sigurnosti djece, sportski voditelji mogu pridonijeti općoj dobrobiti i razvoju djece i mladih u sportu. Osigurava da njihovo sudjelovanje nije samo ugodno, već i sigurno, omogućujući im da napreduju i ostvare svoj puni potencijal (National Society for the Prevention of Cruelty to Children, 2023).

Tijela za ljudska prava kao što su Odbor UNCRC-a i Posebni izvjestitelj o prodaji i iskorištavanju djece, zajedno s posebnim postupcima i nacionalnim institucijama za ljudska prava, igraju ključnu ulogu u isticanju ranjivosti djece i praćenju jačanja zaštitnih mehanizama i provedbe postojećih zakona, politika i programa. Značajan izazov je nedostatak odgovarajućih istraživanja i dokaza za razumijevanje razmjera i prirode problema, kao i učinkovitih mjera za sprječavanje prodaje i iskorištavanja u kontekstu sporta. Iako postoji sve veće razumijevanje kršenja i problema povezanih s uključenosti djece u sport, taj fenomen nije u potpunosti razotkriven ili shvaćen (UNICEF Office of Research – Innocenti, 2020).

#### 4. KRŠENJE PRAVA DJECE U SPORTU

Zlostavljanje i iskorištavanje djece u sportu sve je veći problem koji je posljednjih godina osobito istaknut. Ovaj problem pogađa djecu svih dobi, spolova i socioekonomskog statusa. Pritisak da se uspije pod svaku cijenu, u kombinaciji s nedostatkom nadzora i odgovornosti, kreirao je okruženje u kojem su djeca u opasnosti od zlostavljanja i iskorištavanja. Zlostavljanju i iskorištavanju djece u sportu doprinosi i nedostatak nadzora i odgovornosti. Mnoge sportske organizacije nemaju odgovarajuće politike i procedure za zaštitu djece od zlostavljanja i iskorištavanja. U nekim slučajevima, treneri i druge službene osobe nisu pravilno obučeni da prepoznaju i prijave zlostavljanje kada se ono dogodi. Ovaj nedostatak nadzora i odgovornosti može otežati sprječavanje i rješavanje problema zlostavljanja djece u sportu. Svjetska zdravstvena organizacija (WHO) definira nasilje kao namjernu upotrebu fizičke sile ili moći, koja može rezultirati ozljedama, smrću, psihičkim ozljedama, lošim razvojem ili uskraćenošću, bilo protiv sebe, drugih ili zajednice.

UNICEF (2020) ističe kako se izloženost djece nasilju i ozljeđivanju može dogoditi i u svakodnevnom bavljenju sportom. Instruktori i treneri često nisu kažnjavani zbog svoje autoritativne uloge i pritiska koji na djecu vrše obitelji, škole, timovi i klubovi. Sport može biti prilika koja mijenja život mladim pojedincima, osiguravajući stipendije, sponzorstva i financijsku pomoć za obrazovanje na temelju njihovih sportskih postignuća. Međutim, novi dokazi otkrivaju slučajeve zlostavljanja koje su počinili sportski treneri i menadžeri, osobito u natjecateljskim sportovima. Domorodačka djeca i adolescenti u Africi, na primjer, često doživljavaju seksualno zlostavljanje i iskorištavanje od strane svojih trenera. Slično tome, dobro poznati slučajevi u Sjedinjenim Državama uključuju gimnastičke trenere i timskog liječnika koji su zlostavljali brojne mlade sportaše.

Fortier, Parent i Lessard (2019:4) navode definiciju zlostavljanja djece postavljenu od strane Svjetske zdravstvene organizacije (WHO). Prema toj definiciji zlostavljanje djece se definira kao „svi oblici fizičkog i/ili emocionalnog zlostavljanja, seksualnog zlostavljanja, zanemarivanja ili nemarnog postupanja, ili komercijalnog ili drugog iskorištavanja, što rezultira stvarnom ili potencijalnom štetom za zdravlje, opstanak, razvoj djeteta ili dostojanstvo, u kontekstu odnosa odgovornost, povjerenje ili moć“.

Prema pojedinim autorima, otprilike 20% djece koja se bave natjecateljskim sportovima doživljava različite oblike zlostavljanja i iskorištavanja, dok je 10% djece izloženo ugrožavanju njihovih osnovnih ljudskih prava. Ti oblici ugroze mogu biti raznoliki i razlikovati se po učestalosti i intenzitetu ovisno o vrsti sporta. Oni se mogu svrstati u dvije glavne kategorije: nezakonito prebacivanje i zadržavanje djece u inozemstvu i dječji rad, kao i fizičko zlostavljanje (Medić, 2015:1106). Važno je napomenuti da oba oblika imaju i različite varijacije. Zlostavljanje se često smatra općim pojmom koji obuhvaća niz različitih oblika lošeg ponašanja. Literatura identificira šest uobičajenih vrsta nedoličnog ponašanja u sportskom okruženju prikazanih slikom koja slijedi.



**Slika 5: Nedolična ponašanja u sportskom okruženju**

Izrada studenta prema Clearinghouse For Sport, (2022)

Članak 24. Konvencije Ujedinjenih naroda o pravima djeteta (CRC) priznaje pravo djece da uživaju najviši mogući standard zdravlja. Dok je tjelesna aktivnost, pa tako i sport, ključna za zdrav razvoj, često se zanemaruju štetne posljedice rano organiziranog intenzivnog treninga. Naime, kako navodi Farstad (2006), sportska specijalizacija dovela je do porasta ozljeda od prekomjernog opterećenja, posebno među djevojkama u gimnastici i umjetničkom klizanju, gdje fizički zahtjevi favoriziraju manje, mršave djevojke. Kako bi zadovoljile zahtjeve sporta, djevojke mogu pribjeći nezdravim praksama kao što je izgladnjivanje. Pritisak trenera, roditelja i dužnosnika također može dovesti do poremećaja prehrane, oslabljenih kostiju, zastoja u rastu, iscrpljujućih ozljeda, oštećene psihe, izgaranja i ranog povlačenja iz sporta. Elitna djeca, zbog

svoje mlade dobi i ograničenog razumijevanja implikacija intenzivnog treninga, ranjiva su na iskorištavanje od strane natjecateljskih roditelja i trenera. Time nije prekršen samo članak 24. UNCRC-a koji se odnosi na pravo djeteta na najviši mogući standard zdravlja, već i članak 31. koji se odnosi na pravo djeteta na odmor i slobodno vrijeme. U ekstremnim slučajevima, rani intenzivni i specijalizirani trening može se klasificirati kao zlostavljanje djeteta, kako je definirala Svjetska zdravstvena organizacija (WHO), što rezultira stvarnom ili potencijalnom štetom za zdravlje, opstanak, razvoj ili dostojanstvo djeteta unutar odnosa odgovornosti, povjerenje, odnosno moć (Farstad, 2006).

Svi oblici nedoličnog ponašanja su nedopustivi i u izravnoj suprotnosti s idealima sporta. Najčešći oblici nasilja u sportu uključuju fizičko, seksualno i emocionalno nasilje, koje se može pojaviti na različitim razinama i fazama bavljenja sportom. Aine i sur. (2022) navode da tjelesno nasilje obuhvaća okrutnost, nečovječno postupanje, kažnjavanje, maltretiranje ili maltretiranje od strane odraslih ili druge djece sa smrtnim ishodom i bez smrtonosnog ishoda. Seksualno nasilje uključuje navođenje ili prisiljavanje djeteta na nezakonite ili psihički štetne seksualne aktivnosti. Emocionalno nasilje, koje se često zanemaruje u istraživanjima, odnosi se na psihičko maltretiranje, emocionalno zlostavljanje, zanemarivanje, verbalno zlostavljanje i radnje poput omalovažavanja, vrijeđanja, izolacije ili ponižavanja djeteta. Dok su prošla istraživanja prvenstveno bila usredotočena na fizičko i seksualno nasilje zbog njihove medijske pozornosti, novije studije sugeriraju da bi emocionalno nasilje moglo biti najrašireniji oblik nasilja u sportu (Aine i sur. 2022).

Da zlostavljanje djece u području sporta predstavlja značajan i rastući globalni problem, smatraju Fortier, Parent i Lessard (2018:4). Spomenuti autori navode slučajeve seksualnog zlostavljanja u nogometu u Velikoj Britaniji i slučaj skijaškog trenera Bertranda Charesta u Kanadi, koji su razotkrili da su mladi sportaši podložni maltretiranju, kako oni koji su na položajima vlasti, kao što su treneri, roditelji, dužnosnici, administratori i članovi medicinskog tima, potencijalno mogu biti počinitelji, odnosno zlostavljači djece i mladih u sportu. Mladi se sportaši tijekom bavljenja sportom suočavaju s rizicima seksualnog, fizičkog i psihičkog maltretiranja. Dr. Margo Mountjoy i njezini kolege naglašavaju da jedinstvene karakteristike sportskog okruženja, kao što su odnos trener-sportaš, intenzitet sporta mladih, zahtjevi natjecanja, interes medija, udaljeni centri za treniranje, procesi zapošljavanja i odvojenost od kuće ili škole okruženja, doprinose ranjivosti mladih sportaša i čine ih podložnijima nasilju (u Fortier i sur., 2018:4).

Aine i sur. (2022) ističu kako je posljednjih godina došlo do značajnog porasta istraživanja koja istražuju prevalenciju i prirodu nasilja koje doživljavaju sportaši. Ovo istraživanje prvenstveno je proizašlo iz zemalja poput Kanade, Ujedinjenog Kraljevstva, Nizozemske, Australije i Belgije. Na primjer, studija u Velikoj Britaniji koja je uključivala djecu sportaše na uzorku od 6.000 ispitanika, otkrila je da se 75% sudionika susrelo s emocionalnim nasiljem, 29% njih je doživjelo seksualno uznemiravanje, 24% se suočilo s fizičkim nasiljem, dok je 3% ispitanih otkrilo incidente seksualnog nasilja u sportu.

Slično tome, kanadska studija koja je uključivala sadašnje i umirovljene sportaše na uzorku od 1001 ispitanika, otkrila je značajan postotak onih koji su prijavili zanemarivanje, psihičko nasilje, seksualno nasilje ili uznemiravanje te fizičko nasilje tijekom svojih sportskih aktivnosti. Slični trendovi primijećeni su u finskim sportskim okruženjima, s anketom o djeci žrtvama koja je pokazala da je 16 do 29% djece koja su sudjelovala u istraživanju doživjelo emocionalno nasilje tijekom strukturiranih slobodnih aktivnosti. Ovi nalazi zajedno pokazuju prevalenciju nasilja u različitim sportskim sredinama i društvima (Aine i sur., 2022).

Posljedice nasilja nad sportašima, posebice djecom sportašima, nisu opširno dokumentirane u postojećim istraživanjima. Međutim, ograničene studije sugeriraju da su učinci usklađeni s onima uočenim u široj literaturi o nasilju nad djecom, uključujući bihevioralne, emocionalne, socijalne, fizičke i kognitivne učinke usporedive sa složenom traumom. Nasilje kod djece dosljedno je povezano s problemima mentalnog zdravlja kao što su depresija i tjeskoba, zajedno s drugim negativnim dugoročnim zdravstvenim ishodima (Aine i sur., 2022).

#### **4.1. Burnout**

Izgaranje djece u sportu odnosi se na stanje tjelesne, mentalne i emocionalne iscrpljenosti koje je posljedica kroničnog i intenzivnog bavljenja sportom. To može negativno utjecati na djetetovu dobrobit, izvedbu i općenito uživanje u sportu. Nekoliko čimbenika pridonosi sagorijevanju kod mladih sportaša, uključujući pretjerana opterećenja tijekom treninga, pritisak za postizanjem uspjeha, nedostatak autonomije, nerealna očekivanja roditelja ili trenera i nedovoljno vrijeme oporavka. Dakako, trenerove kompetencije i znanja o razvojno primjerenom treningu uvelike određuju primjerenost trenažnih opterećenja. Primjena dugoročnog sustava treninga u skladu s razvojnim karakteristikama može smanjiti rizike izgaranja, ozljeda i odustajanja od samog sporta.

Sagorijevanje kod sportaša je fenomen koji karakterizira emocionalna, psihička i fizička iscrpljenost, koja dovodi do odustajanja od nekoć ugodnih sportskih aktivnosti zbog pretjeranog stresa. Predloženi su različiti modeli za objašnjenje izgaranja u sportu (Wilczynska i sur., 2022:2):

- prema Smithovom kognitivno-afektivnom modelu, do izgaranja dolazi kada čimbenici povezani sa stresom nadmašuju dobrobiti bavljenja sportom
- Schmidtov i Steinov model predanosti sportu sugerira da izgaranje proizlazi iz kroničnog stresa, smanjenih nagrada, povećanih troškova, niskog zadovoljstva, ograničenih resursa i dostupnosti boljih alternativa izvan sporta
- Raedekeov višedimenzionalni model sindroma postigao je konsenzus među istraživačima, te je proveo studiju na 236 adolescentnih plivača i identificirao tri ključne dimenzije izgaranja kod sportaša: emocionalnu i fizičku iscrpljenost, smanjeni osjećaj postignuća i obezvredjivanje sporta.

Stres je višestruka reakcija koju karakteriziraju emocionalni, fizički, kognitivni i bihevioralni odgovori koji se pokreću kada pojedinci smatraju da su njihovi resursi za suočavanje sa stresom nedovoljni. Ujedno, stresori su specifični okidači koji izazivaju odgovor na stres, kao što je kritično natjecanje za sportaša. U kontekstu sporta, stresori se mogu klasificirati na natjecateljske stresore i organizacijske stresore. Pri tome, natjecateljski stresori uključuju stalnu interakciju između pojedinog sportaša i zahtjeva okoline koji su izravno povezani s izvedbom. Sportaševe procjene natjecateljske situacije i njihove strategije suočavanja određuju kako će se nositi s tim stresorima (Moen i sur., 2019).

Prema Teoriji kognitivne aktivacije stresa (CATS), negativni stresori pokreću "alarmni" odgovor u tijelu, uključujući hipotalamo-hipofizno-adrenokortikalnu osovinu (HPA). HPA je ključna komponenta neuroendokrinog sustava odgovorna za otpuštanje hormona stresa kroz interakcije između hipotalamusa, hipofize i nadbubrežne žlijezde. Odgovor tijela razlikuje se između pozitivnog stresa i negativnog stresa. Pozitivan stres izaziva pozitivne afektivne reakcije, kao što su entuzijizam, budnost i angažiranost, dok negativan stres dovodi do negativnih afektivnih reakcija, uključujući tugu, letargiju i razne negativne emocije (Moen i sur. 2019:2). Važno je napomenuti da ako sportaši doživljavaju stalni negativni stres, on može postati kroničan. Kronični stres često dovodi do iscrpljenosti, a sportaši mogu u konačnici izgubiti motivaciju za sport, što rezultira sportskim izgaranjem. Ovo disfunkcionalno stanje

sve je veća briga u juniorskim sportovima, pri čemu se naglašava potreba za fokusom na zaštitne čimbenike koji mogu ublažiti potencijalne negativne učinke stresa u ovom kontekstu (Moen i sur. 2019:2).

Sportaši doživljavaju umor i iscrpljenost zbog intenzivnog treninga i natjecanja, osjećaj neučinkovitosti kada ne uspiju postići osobne ciljeve ili postižu rezultate ispod očekivanja te gubitak interesa, ravnodušnost ili ogorčenost prema svom sportu. Znakovi izgaranja kod djece mogu uključivati smanjenu motivaciju, povećanu razdražljivost, umor, smanjenu izvedbu i povlačenje iz bavljenja sportom. Karakteristike tinejdžera koji su "izgorjeli" u sportu navode Zulić i Frappanti-Roglić (2013:20):

- sebe su doživljavali samo kao sportaše, npr. nogometaši, te svoj identitet kao osobe gradili isključivo na toj jednoj dimenziji
- nisu osjećali da kontroliraju svoj život, odnosno da je njihova sudbina u njihovim rukama, jer su treneri i roditelji donosili odluke bez njihovog sudjelovanja u procesu donošenja odluka
- anksioznost nisu doživljavali samo kao stanje pred natjecanje, već su bili stalno anksiozni
- prevelika očekivanja od drugih i sebe
- mentalitet pobjede pod svaku cijenu
- pritisak roditelja
- dugi, monotoni treninzi bez raznolikosti
- nedosljedan pristup treniranju
- ozljede zbog pretjeranog treninga
- kratki rokovi
- česta i naporna putovanja
- pokazivanje ljubavi od drugih ovisno o tome pobjeđuju li ili gube
- perfekcionizam (nedopuštanje sebi prava na pogreške)

Kako bi se spriječilo sagorijevanje, važno je promicati uravnotežen pristup bavljenju sportom, naglašavati zabavu i užitak, pružati prilike za odmor i oporavak te poticati otvorenu komunikaciju između sportaša, roditelja i trenera. Stvaranje podržavajućeg i pozitivnog sportskog okruženja koje je usmjereno na cjelovit razvoj djeteta ključno je u prevenciji izgaranja i promicanju dugoročnog sudjelovanja u sportu i dobrobiti.



## 4.2. Iskorištavanje

UNICEF Office of Research - Innocenti (2020) ističe kako je povezanost sporta s prodajom i seksualnim iskorištavanjem djece nedovoljno istraženo pitanje koje duboko utječe na iskustva djece i adolescenata. Raskrižje između sporta i prodaje i seksualnog iskorištavanja djece očituje se na različite načine. Ekstreman primjer je prodaja sportaša, posebno u velikim sportovima poput nogometa, gdje se djecom trguje radi zarade. Osim toga, na rubovima velikih sportskih događaja događaju se slučajevi prodaje i seksualnog iskorištavanja. Na primjer, istraživanje otkriva da se djecom iz siromašnih obitelji u zemljama s niskim primanjima trguje u Europu s nadom da će postati profesionalni nogometaši. Specijalni izvjestitelj UN-a za prodaju i seksualno iskorištavanje djece istaknuo je 2016. da je prisilni rad djece usko povezan sa sportom. Prodaja djece sportaša za natjecateljski trening i financijsku dobit predstavlja oblik dječjeg rada gdje se neravnotežom moći iskorištavaju djeca i njihove obitelji u ranjivim ekonomskim situacijama. Djeca sportaši također su u opasnosti da postanu žrtve trgovine ljudima, što može uključivati ekonomsko ili seksualno iskorištavanje.

Naime, kako ističe UNICEF (2020), sportski događaji mogu stvoriti okruženje u kojem se povećava seksualni rad koji uključuje mlade ljude. Međutim, postoje ograničena istraživanja o ovom fenomenu, a trenutni zakoni su neadekvatni u reguliranju ovog raširenog i profitabilnog pitanja. Dok sport nudi brojne dobrobiti djeci, bitno je pozabaviti se raskrižjem sporta i prodaje i seksualnog iskorištavanja djece. Daljnja istraživanja, zajedno sa sveobuhvatnim zakonskim okvirima, potrebna su za razumijevanje i učinkovitu borbu protiv ovog problema kako bi se osigurala dobrobit i zaštita djece koja se bave sportom.

Farstad (2006) ističe kako je tanka granica između sportova visokih performansi i dječjeg rada. Kada osmogodišnje dijete trenira šest sati dnevno, šest dana u tjednu, a zauzvrat može dobiti novac ili nagrade, postavlja se pitanje može li se to smatrati oblikom dječjeg rada koji zahtijeva zaštitu. Prema članku 2. Konvencije Međunarodne organizacije rada (MOR), rad je zabranjen za djecu mlađu od 15 godina (14 za zemlje u razvoju), osim "lakih poslova" dopuštenih za djecu od 13 (12 za zemlje u razvoju) prema čl. 7. Konvencije MOR-a (Farstad, 2006).

Međutim, bavljenje intenzivnim treningom od 36 sati tjedno ne može se klasificirati kao "lak posao". Takva intenzivna obuka graniči s iskorištavanjem, kako je definirano u članku 32. Konvencije o pravima djeteta (UNCRC), jer se time između ostalog ometa obrazovanje ili šteti djetetovom zdravlju, razvoju ili općoj dobrobiti (Farstad, 2006). Također, treba naglasiti

preporuku da djeca ne bi trebala sudjelovati u više sati treninga tjedno od onog koliko imaju godina, a nikako ne više od 16 sati treninga tjedno (Mountjoy i sur., 2015). Znanstvenici u Kanadi i Njemačkoj više od dva desetljeća tvrde da se uključivanje djece u sportove visokih performansi može smatrati oblikom dječjeg rada. Djeca treniraju u uvjetima sličnim radnim, sudjeluju u redovitim natjecanjima koja donose prihode, a često i primaju prihode ili sredstva. Odrasli, kao što su treneri i roditelji, ovise o radu i učinku ove djece u kontekstu zaposlenja i prihoda.

#### 4.3. Psihološko ili emocionalno zlostavljanje

Emocionalno nasilje često se opisuje kao psihičko zlostavljanje, emocionalno zlostavljanje ili zanemarivanje ili verbalno zlostavljanje i može uključivati omalovažavanje djeteta, vrijeđanje djeteta ili izolaciju ili ponižavanje djeteta. Nedavna istraživanja pokazuju da bi emocionalno nasilje moglo biti najčešći oblik nasilja u sportu.

Oblik zlostavljanja	Manifestacija
Psihološko maltretiranje	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Teroriziranje ili prijetnja nasiljem nad djetetom sportašem u kontekstu sporta.</li> <li>→ Verbalno vrijeđanje i omalovažavanje djeteta sportaša u kontekstu sporta.</li> <li>→ Izolacija i zatvorenost djeteta sportaša u kontekstu sporta</li> <li>→ Nedovoljna podrška ili naklonost djetetu sportašu u kontekstu sporta</li> <li>→ Ponašanje koje promiče korupciju, iskorištavanje i usvajanje destruktivnih, antisocijalnih ili nezdravih ponašanja djeteta sportaša u kontekstu sporta</li> </ul>

**Tablica 2: Indikacije psihološkog maltretiranja**

Izvor: Obrada studenta prema Fortier, Parent, Lessard (2018). *Child maltreatment in sport: smashing the wall of silence: a narrative review of physical, sexual, psychological abuses and neglect*. Str. 5

Fortier i sur. (2018:6) daju uvid u različite oblike psihičkog maltretiranja djece u sportu, kao prikazano tablicom broj 2. U konceptualizaciju psihičkog maltretiranja uključuju manifestacije koje većina autora obično klasificira kao tjelesno maltretiranje. Ovaj oblik zlostavljanja uključuje radnje koje predstavljaju značajan rizik za mentalno zdravlje, sigurnost ili razvoj djeteta. Proširuju Stirlingov okvir dodavanjem važnih kategorija ponašanja poput prijetnji nasiljem usmjerenih na teroriziranje mladih sportaša, izolaciju i ograničavanje njihovog kretanja te ponašanja koja promiču korupciju, iskorištavanje ili usvajanje destruktivnog, antisocijalnog ili nezdravog ponašanja. Ujedno klasificiraju radnje kao što je prisiljavanje ili upućivanje sportaša na prekomjerni trening iznad razumne točke iscrpljenosti. Također, treniranje tijekom ozlijede protivno liječničkom savjetu, izvođenje pokreta koji nadilaze sposobnosti i koji bi mogli negativno utjecati na zdravlje ili sigurnost. Uz to, usvajanje samodestruktivnog ponašanja u prehrani kako bi se postigla idealna težina za sport, korištenje proizvoda ili metoda dopinga ili nasilno djelovanje u natjecateljskoj situaciji kao manifestacija psihičkog maltretiranja.

#### **4.4. Fizičko i seksualno zlostavljanje**

Djeca su ranjiva na zlostavljanje i nasilje u području sporta. Članak 19. UNCRC-a ovlašćuje države stranke da provedu odgovarajuće zakonske, administrativne, socijalne i obrazovne radnje kako bi zaštitile djecu od raznih oblika tjelesnog ili psihičkog nasilja, ozljeda, zlostavljanja, zanemarivanja, maltretiranja, iskorištavanja, uključujući seksualno zlostavljanje. Ove zaštitne mjere primjenjuju se kada su djeca pod brigom roditelja, zakonskih skrbnika ili bilo koje druge odgovorne osobe (Farstad, 2006).

Zlostavljanje djece, prema definiciji Svjetske zdravstvene organizacije (WHO), obuhvaća različite oblike zlostavljanja i iskorištavanja koji rezultiraju oštećenjem dobrobiti djeteta, uključujući fizičko i emocionalno zlostavljanje, seksualno zlostavljanje, zanemarivanje i komercijalno iskorištavanje. Nažalost, ti se oblici zlostavljanja događaju u kontekstu sporta, pri čemu su djevojke, manjine i vrhunski sportaši najranjiviji (Bjørnseth & Szabo, 2018., u Thompson Wells, 2022.).

Elitni sportovi zahtijevaju tjelesnu aktivnost, trening, odricanje i trud, čak i od mladih sportaša. Farstad (2006), pod elitne sportove smatra vrhunske sportove u kojima nema iznimke za najmlađe sportaše, uključujući sportove kao što su tenis, gimnastika, umjetničko klizanje,

ronjenje, hokej na ledu, košarka ili nogomet. U tim sportovima, djeca u dobi od četiri godine prolaze česte treninge. Do šeste godine neka djeca već su uključena u sustavne, intenzivne treninge i sudjeluju na natjecanjima. Na primjer, u Kini se djeca od pet ili šest godina biraju za pohađanje specijaliziranih sportskih škola u kojima se naglasak stavlja na trening od šest do osam sati dnevno. Sportaši nacionalnih ili privremenih reprezentacija u raznim sportovima često treniraju deset do dvanaest sati dnevno. Slični intenzivni režimi treninga postoje za umjetničke klizalice u Sjedinjenim Državama, gdje djeca od deset do dvanaest godina vježbaju pet sati svaki dan. Hokejaši u Kanadi s deset godina mogu odigrati do 90 utakmica u sezoni (Farstad, 2006). Različiti oblici nasilja i prijetnji djeci sportašima predstavljaju značajnu zabrinutost, posebice u odnosu na njihove kritične odnose s pojedincima u sportskom okruženju. Među tim prijetnjama, Mountjoy i sur. (2015:2) navode kako su seksualno zlostavljanje i uznemiravanje identificirani kao primarni problemi u literaturi, s prijavljenim stopama prevalencije u rasponu od 2% do 22%. Manifestacija fizičkog i seksualnog zlostavljanja prikazana je tablicom 2 koja slijedi.

<b>Oblik fizičkog zlostavljanja</b>	<b>Manifestacija</b>
Fizičko zlostavljanje ostvarivanjem fizičkog kontakta s djetetom sportašem	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Guranje, trešnja, hvatanje ili bacanje djeteta</li> <li>→ Udaranje rukom</li> <li>→ Udaranje šakom ili nogom</li> <li>→ Udaranje tvrdim predmetom.</li> <li>→ Gušenje, davljenje, trovanje, spaljivanje ili ubadanje djeteta sportaša.</li> </ul>

Seksualno zlostavljanje	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Spolni odnosi s djetetom sportašem</li> <li>→ Milovanje ili seksualno dodirivanje tijela djeteta sportaša</li> <li>→ Egzibicionizam u kontekstu sporta koji uključuje dijete sportaša.</li> <li>→ Iskorištavanje djeteta sportaša u kontekstu sporta (poticanje na prostituciju ili proizvodnju pornografskog materijala).</li> <li>→ Verbalno seksualno uznemiravanje mlade sportašice</li> <li>→ Voajerizam u sportskom kontekstu koji uključuje dijete sportaša</li> <li>→ Komentari o izgledu djeteta sportaša</li> </ul>
-------------------------	--

**Tablica 3: Indikacije fizičkog i seksualnog zlostavljanja**

Izvor: Obrada studenta prema Fortier, Parent, Lessard (2018). *Child maltreatment in sport: smashing the wall of silence: a narrative review of physical, sexual, psychological abuses and neglect*. Str. 5

Seksualno zlostavljanje u djetinjstvu značajan je čimbenik rizika za razne psihološke simptome u općoj populaciji. Stanja kao što su depresija, fobije, opsesivno-kompulzivni poremećaj, panični poremećaj, posttraumatski stresni poremećaj, seksualni poremećaji te suicidalne misli i ponašanja povezuju se sa seksualnim zlostavljanjem u djetinjstvu. Meta-analiza 217 publikacija, s gotovo 10 milijuna sudionika, otkrila je da je prevalencija seksualnog zlostavljanja u djetinjstvu diljem svijeta 18% za djevojčice i 8% za dječake (Bjørnseth i Szabo, 2018:366).

Fortier i sur. (2018:6) ističu kako unutar znanstvene zajednice ne postoji konsenzus o kriterijima za definiranje seksualnog zlostavljanja u sportu. Neke definicije razmatraju samo radnje koje uključuju fizički kontakt između zlostavljača i žrtve, poput penetracije, dodirivanja ili milovanja. Ostale definicije obuhvaćaju seksualno sugestivne radnje koje ne uključuju fizički kontakt, poput voajerizma ili egzibicionizma.

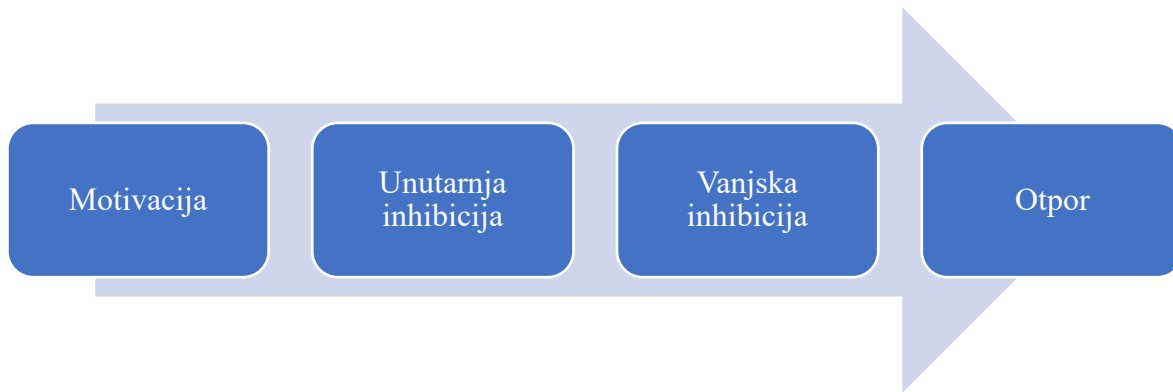
Novije definicije seksualnog zlostavljanja postale su šire, uključujući fizičke i nefizičke geste. Neke definicije čak smatraju seksualno uznemiravanje oblikom seksualnog zlostavljanja. No,

Brackenridge (1998:8) seksualno zlostavljanje definira kao neželjenu pažnju na temelju spola, kao što su nepristojni komentari, štipanje, dodirivanje, seksualne šale i slično. S druge strane, seksualno zlostavljanje odnosi se na slučajeve u kojima je žrtva prisiljena ili natjerana na seksualne ili genitalne radnje od strane počinitelja. Brackenridge (1998:8) ističe kako je istraživanje potencijalno nasilnih odnosa između trenera i sportaša proizašlo iz istraživanja provedenog 1970-ih i 1980-ih, koje je u početku bilo usredotočeno na spolnu diskriminaciju u sportu i bilo je pod utjecajem feminističkih analiza.

Postoje dvije glavne teorije seksualnog zlostavljanja koje mogu pridonijeti poboljšanju zaštite djece u sportu (Brackenridge, 1998:9). Prva teorija je Finkelhorova teorija četiri faktora, koja sugerira da počinitelj postupno lomi otpor žrtve prema zlostavljanju. Druga teorija je Wolfov ciklus zlostavljanja, koji ocrta faze sniženog samopoštovanja i seksualnog povlačenja koji prethode dotjerivanju i zlostavljanju od strane pedofila. Zanimljivo je da je sličan obrazac primijećen u sportu, gdje sportaši mogu doživjeti visoko samopoštovanje i pretjerano samopouzdanje prije nego što ih treneri predatorski seksualno iskoriste. Važno je napomenuti da se oba profila nalaze u sportskom kontekstu. Istraga seksualnog zlostavljanja djece pokazala je da su se od tisuća onih koji su se javili, 64 slučaja dogodila u sportskom okruženju, a 91% njih, seksualno je zlostavljao trener ili volonter povezan sa sportskom organizacijom. Priroda sporta, s fizičkim kontaktom i odvojenošću djece od roditelja, stvara okruženje pogodno za takvo zlostavljanje (Wrack, 2020., u Thompson Wells, 2022.).

Brojna istraživanja pokazala su da je seksualno nasilje raširen problem u sportu, sa stopama seksualnog uznemiravanja u rasponu od 19% do 92%, a seksualnog zlostavljanja između 2% i 49%. Evidentno je da su viktimizirana oba spola, djevojčice i dječaci, žene i muškarci, a određeni aspekti organiziranog sporta doprinose razvoju hijerarhijskih, zlostavljačkih odnosa moći između trenera i sportaša (Mountjoy i sur., 2016., u Vertommen i sur. 2017). Dok se treneri obično identificiraju kao počinitelji, nedavna istraživanja sugeriraju da sportaši vršnjaci također mogu igrati ulogu u pokretanju zlostavljačkog ponašanja (Bjørnseth i Szabo, 2018:367). Primjetan je nedostatak empirijskih podataka o prevalenciji i incidenciji nasilja nad djecom u sportu, kao i o strategijama prevencije. Samo nekoliko kvantitativnih studija ispitalo je učestalost seksualnog nasilja nad djecom u sportu, često se oslanjajući na male uzorke iz elitnog sporta. Međutim, opsežna retrospektivna studija s više od 6000 sudionika dodiplomskih studija otkrila je da je 29% ispitanika doživjelo seksualno zlostavljanje kao djeca sportaši, što je znatno viša stopa nego u općoj dječjoj populaciji (Bjørnseth i Szabo, 2018:367). Jedna od

teorija zlostavljanje djece, uključujući manifestaciju u sportskim situacijama je model „četiri faktora“ koji je predložio Finkelhor (1999, u Bjørnseth, Szabo, 2018:366). On ističe emocionalnu podudarnost, seksualno uzbuđenje, blokadu i dezinhibiciju kao ključne čimbenike koji pridonose seksualnom zlostavljanju. Za pojavu seksualnog zlostavljanja potrebna su četiri preduvjeta prikazanih slikom 8.



**Slika 6: Čimbenici koji prethode seksualnom zlostavljanju**

Izrada studenta prema Bjørnseth i Szabo, (2018:366)

Jedan od često korištenih konceptualnih okvira za proučavanje seksualnog zlostavljanja u sportu je Brackenridgeov kontinuum seksualnog iskorištavanja, koji definira seksualno zlostavljanje kao različite faze u kontinuumu. Seksualno uznemiravanje, prema ovom okviru, uključuje neželjenu pozornost u obliku verbalnih ili pisanih prijetnji, seksualnih šala, komentara ili insinuacija. S druge strane, seksualno zlostavljanje uključuje prisilni fizički kontakt ili seksualne radnje koje se izvode pod manipulacijom ili prisilom (Fortier i sur. 2018:6).

Hartill identificira četiri prepreke prijavljivanju seksualnog zlostavljanja u sportu:

- nedostatak postupaka prijavljivanja,
- fokus na pojedinca umjesto institucije,
- zatvorenost institucija i
- vjerovanja vezana uz institucije (Bjørnseth, Szabo, 2018).

Zlostavljanje se često događa u sportu, a žrtve su najčešće djevojčice, manjine i sportaši više razine (Bjørnseth, Szabo, 2018).

Sport pruža povoljno okruženje za počinitelje, koji često ostaju neotkriveni i nekažnjeni tijekom godina. Organizacije u sportu često oklijevaju priznati mogućnost zlostavljanja djece u njihovom području djelovanja i nemaju učinkovite mehanizme za rješavanje pritužbi ili optužbi za zlostavljanje. Čak i kada počinitelji budu osuđeni i zatvoreni, problem se često nastavlja nakon njihovog puštanja na slobodu (Thompson-Wells, 2022).

U velikom istraživanju koje je obuhvatilo 6000 studenata sportaša u Ujedinjenom Kraljevstvu, Alexander, Stafford i Lewis (2011, u Veertommen, 2017), otkrili su da su suigrači i/ili drugi sportaši vršnjaci najčešće prijavljeni kao počinitelji seksualno uvredljivog, emocionalno štetnog i fizički štetnog ponašanja. Autori su također primijetili da kako se mladi sportaši penju na natjecateljskoj ljestvici, treneri postaju značajniji izvor fizičkog nasilja.

#### **4.4.1. Tjelesno zlostavljanje**

Tjelesno zlostavljanje uključuje nanošenje fizičke ozljede, bilo izravnim kontaktom (npr. fizičkim udarcem sportaša) ili sredstvima bez kontakta (npr. prisiljavanjem na pretjerani fizički napor). Drugi problem koji zabrinjava je upornost sportaša u treniranju i natjecanju unatoč ozljedama. Kao što je ranije spomenuto, sportaši su podvrgnuti duljim i intenzivnijim režimima treninga od ranog djetinjstva kako bi briljirali u modernim sportovima. Iako to može dovesti do poboljšane izvedbe i kondicije, postoje skrivene posljedice koje u javnosti često prođu nezapaženo. Intenzivni treninzi i odlučnost da se nastavi usprkos ozljedama rezultiraju prenaprezanjem i ozljedama koje su postale značajan problem u sportu, ne samo na elitnoj razini odraslih nego i među mladim sportašima. Mladi sportaši, bojeći se posljedica izbacivanja iz tima ili razočaranja svojih trenera, često se suzdržavaju od prigovaranja ili preispitivanja odluka ili uputa svojih trenera (Farstad, 2006).

Bilo bi naivno pretpostaviti da su djeca koja se bave vrhunskim sportovima imuna na doping. To je potkrijepljeno činjenicom da su sportaši mlađi od 18 godina u raznim zemljama i sportovima bili pozitivni na korištenje ilegalnih lijekova za poboljšanje performansi. Istraživanja pokazuju da se značajan postotak, u rasponu od dva do deset posto, mladih sportaša bavi dopingom. Doping mladih sportaša ima različite oblike i događa se iz različitih razloga. Neka djeca sportaši nesvjesno koriste doping supstance, primjerice da ih treneri upućuju da uzimaju vitaminske tablete, dok drugima treneri manipuliraju da koriste ilegalne droge. Osim toga, neki mladi sportaši odlučuju se na uzimanje nedopuštenih supstanci kako bi poboljšali



svoju izvedbu ili održali korak s rigoroznim treninzima, često bez da su u potpunosti informirani o posljedicama kako je navedeno u članku 17. UNCRC-a. Kada odrasli daju ilegalne droge djeci, krši se nekoliko odredbi UNCRC-a. Članak 33. naglašava obvezu država stranaka da štite djecu od nedopuštene uporabe opojnih droga i psihotropnih tvari definiranih odgovarajućim ugovorima (Farstad. 2006).

#### 4.4.2. Zanemarivanje

Treneri i skrbnici djece sportaša često imaju nadzorne uloge slične onima roditelja, odgovorni su za razvoj i sigurnost djeteta, osobito tijekom turnira ili međunarodnih natjecanja. Stirlingov rad rasvijetlio je kategorizaciju zanemarivanja u sportu, identificirajući (u Fortier i sur. (2018:6):

- fizičko ili tjelesno,
- obrazovno,
- emocionalno i
- društveno zanemarivanje.

Oblik zanemarivanja	Manifestacija
Fizičko zanemarivanje	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Dopuštanje djetetu sportašu da sudjeluje u treningu ili natjecanju dok je ozlijeđen, iako je dobio liječnički savjet da to ne čini.</li> <li>→ Znati da se dijete sportaš bavi problematičnim prehrambenim ponašanjem kako bi postiglo idealnu težinu u svom sportu bez intervencije.</li> <li>→ Propust da se osigura sigurnost atletske opreme.</li> <li>→ Odbijanje pružiti djetetu sportašu potrebnu medicinsku skrb specifičnu za njegov zdravstveni problem koji je dijagnosticiran od strane stručnjaka i proizašao je iz prakse njegovog sporta.</li> </ul>

Emocionalno zanemarivanje	<ul style="list-style-type: none"> <li>→ Dopuštanje djetetu sportašu da se ponaša nasilno prema drugom sportašu bez intervencije.</li> <li>→ Pustiti dijete sportaša da trpi nasilne radnje drugog sportaša bez intervencije.</li> <li>→ Dopuštanje sportašu da konzumira alkohol ili droge tijekom aktivnosti povezanih sa sportom (npr. timska zabava, natjecanja, turniri).</li> <li>→ Dopustiti djetetu sportašu da konzumira doping proizvode ili da usvoji metode doppinga bez intervencije.</li> <li>→ Znati da je dijete sportaš bilo fizički, seksualno ili psihički zlostavljano ili zanemareno i ne poduzeti ništa da ga zaštiti.</li> <li>→ Nedostatak liječenja psiholoških ili psihijatrijskih problema djeteta sportaša u kontekstu sporta (odnosi se samo na roditelja)</li> <li>→ Napuštanje djeteta sportaša tijekom treninga, natjecanja ili putovanja.</li> <li>→ Odgojna zapuštenost.</li> <li>→ Tražiti dijete sportaša da napusti školu ili napravi pauzu u školi kako bi se bavio sportom.</li> </ul>
---------------------------	---

**Tablica 4: Indikacije zanemarivanja djece u sportu**

Izvor: Obrada studenta prema Fortier, Parent, Lessard (2018). *Child maltreatment in sport: smashing the wall of silence: a narrative review of physical, sexual, psychological abuses and neglect*. Str. 5

Uključujući ovu generalnu klasifikaciju zanemarivanja, Fortier i sur. (2018:6) usvajaju i podtipove zanemarivanja identificirane u nedavnoj meta-analizi zanemarivanja djece. Navedeni autori manifestaciju identificiranih podtipova zanemarivanja temelje na prijedlozima istraživača Trocméa i sur., te Stirlingov rad.

Manifestacije društvenog zanemarivanja koje je predložio Stirling uključene su u kategorije emocionalnog zanemarivanja i psihičkog maltretiranja poput kroničnog isključivanja sportaša ili obeshrabrivanja sportaša da imaju prijatelje kao manifestaciju psihičkog zlostavljanja. U tablici koja slijedi, prikazana je manifestacija pojedinog oblika zanemarivanja.

Pravo na obrazovanje djece sportaša, kako se navodi u čl. 28. stavkom 1. UNCRC-a, ne provodi se na odgovarajući način u pogledu vremena koje bi trebali posvetiti obveznom obrazovanju

(Farstad, 2006). Usklađivanje rigoroznih rasporeda treninga sa školskim obvezama pokazalo se izazovnim, što dovodi do visoke stope odustajanja među mladim sportašima. Neki odluče dati prednost svojoj obuci nauštrb obrazovanja, dok drugi pokušavaju nastaviti studij putem internetskih ili dopisnih tečajeva (Farstad, 2006). Rezidencijalni centri za obuku, iako široko uspostavljeni, suočeni su s kritikama da se više fokusiraju na sportsku izvedbu nego na akademska postignuća, što je rezultiralo lošim školskim rezultatima. Važno je napomenuti da će manje od pet posto djece u intenzivnim programima treninga ostvariti održive prihode od sporta (Farstad, 2006). Studija slučaja Deng Yapinga naglašava posljedice rane specijalizacije u sportu, gdje mnoga djeca posvećuju svoje formativne godine isključivo treniranju, ali samo mali dio može doseći najvišu razinu. Ova rana specijalizacija može ostaviti kod sportaša osjećaj nespremnosti za život izvan njihovog sporta, što negativno utječe na njihovo samopoštovanje i samopouzdanje. Dok neke vlade, poput Kine, potiču sportaše da se obrazuju nakon umirovljenja, mnogima je teško nadoknaditi zaostatak zbog neadekvatnog obrazovanja tijekom ranih godina, navodi Farstad (2006).

## **5. ZAKLJUČAK**

Dječja prava u sportu obuhvaćaju temeljna načela Konvencije Ujedinjenih naroda o pravima djeteta (UNCRC) i imaju za cilj zaštitu i promicanje dobrobiti mladih sportaša. Utjecaj sporta na djecu je značajan jer može oblikovati njihov karakter, samopouzdanje i cjelokupni razvoj. Sport nudi brojne dobrobiti za djecu, uključujući fizičku spremnost, razvoj vještina, društvenu interakciju i osobni rast. Sudjelovanje u sportskim aktivnostima može usaditi vrijednosti kao što su timski rad, disciplina, otpornost i poštena igra. Osim toga, pruža priliku djeci da nauče važne životne vještine, kao što su postavljanje ciljeva, rješavanje problema i upravljanje vremenom.

Roditelji i treneri imaju ključnu ulogu u oblikovanju djetetova sportskog iskustva. Oni imaju odgovornost stvoriti poticajno i sigurno okruženje koje poštuje dječja prava. To uključuje osiguravanje njihove sigurnosti, pružanje odgovarajućeg vodstva i podrške te poticanje njihovog sudjelovanja na način koji promiče njihovu fizičku i emocionalnu dobrobit. Roditelji

i treneri također bi se trebali zalagati za pošten tretman, jednake mogućnosti i nediskriminaciju u sportu.

Dječja prava u sportu utemeljena su u UN-ovoj Konvenciji o pravima djeteta koja priznaje pravo djece na sudjelovanje u sportskim i rekreacijskim aktivnostima, pristup kvalitetnom treniranju, zaštitu od svih oblika nasilja i iskorištavanja te mogućnost izražavanja mišljenja i biti saslušan. Zaštita djece u sportu zahtijeva provedbu propisa, politika i postupaka koji daju prednost njihovoj sigurnosti i dobrobiti. To uključuje mjere za sprječavanje, otkrivanje i reagiranje na sve slučajeve zlostavljanja, uključujući fizičko, emocionalno ili seksualno zlostavljanje. Sportske organizacije, upravna tijela i relevantni dionici imaju zajedničku odgovornost za uspostavljanje mehanizama zaštite djece, pružanje odgovarajuće obuke i stvaranje sigurnih kanala za prijavu.

Slučajevi kršenja dječjih prava u sportu, poput zlostavljanja ili lošeg postupanja, teška su kršenja koja zahtijevaju hitnu pozornost i djelovanje. Neophodno je podići svijest, educirati pojedince koji se bave sportom i nametnuti stroge posljedice za svako loše ponašanje ili zlostavljanje. Podrška žrtvama, omogućavanje pristupa uslugama savjetovanja i podrške te osiguravanje odgovarajućih istraga ključni su u rješavanju i sprječavanju takvih kršenja.

Svijest o kršenju prava djece u kontekstu sporta je u porastu, o čemu svjedoče izvješća podnesena u Vijeću za ljudska prava u 2018. godini u kojima se ističu različite vrste zlostavljanja djece tijekom sportskih događaja. Ključno je da temeljna načela sportskih događaja i aktivnosti daju prioritet poštivanju, zaštiti i ispunjavanju prava djece na sveobuhvatan i cjelovit način.

Zaključno, poštivanje prava djece u sportu ključno je za njihov cjelovit razvoj i dobrobit. Promicanjem sigurnog, inkluzivnog sportskog okruženja punog poštovanja, moguće je maksimalno povećati dobrobiti sporta dok se istovremeno štiti djecu od bilo kojeg oblika zlostavljanja ili iskorištavanja. Kolektivna je odgovornost roditelja, trenera, sportskih organizacija i društva u cjelini da daju prioritet pravima i zaštiti mladih sportaša, osiguravajući njihova pozitivna i ohrabrujuća iskustva u svijetu sporta.

## LITERATURA

Aine, A., Muhonen, J., Toivonen, V. (2022). Children's right to play sports in a safe and healthy environment. *Int Sports Law J* 22, 93–104). Dostupno na: <https://doi.org/10.1007/s40318-022-00217->

Bailey, R., Cope, E. J., Pearce, G. (2013). Why do children take part in, and remain involved in sport? A literature review and discussion of implications for sports coaches. *International Journal of Coaching Science*, 7(1), 56-75. Dostupno na: <http://www.icce.ws/international-journal-of-coaching-science.html>

Bidzan-Bluma, I., Lipowska, M. (2018). Physical Activity and Cognitive Functioning of Children: A Systematic Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(4), 800. MDPI AG. Retrieved from <http://dx.doi.org/10.3390/ijerph15040800>

Bjørnará HB, Westergren T, Sejersted E, Torstveit MK, Hansen BH, Berntsen S, Bere E. (2021). Does organized sports participation in childhood and adolescence positively influence health? A review of reviews. *Prev Med Rep.* 30;23:101425. Dostupno na: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8190469/>

Bjørnseth I, Szabo A. (2018). Sexual Violence Against Children in Sports and Exercise: A Systematic Literature Review. *J Child Sex Abus.* May-Jun;27(4):365-385. doi: 10.1080/10538712.2018.1477222. Epub 2018 Jun 7. PMID: 29877758.

Brackenridge, C.H. (1998). Healthy sport for healthy girls? The role of parents in preventing sexual abuse in sport. *Sport, Education and Society*, 3(1), str. 59-78. Dostupno na: <https://bura.brunel.ac.uk/bitstream/2438/616/3/FullText.pdf>

Brustad, R. (1993). Who Will Go Out and Play? Parental and Psychological Influences on Children's Attraction to Physical Activity. *Pediatric Exercise Science.* 5. 210-223. 10.1123/pes.5.3.210.

Clearinghouse of sport the information and knowledge sharing platform for Australian sport. (2022). Dostupno na: <https://www.clearinghouseforsport.gov.au/about>

Danioni F, Barni D, Rosnati R. (2017). Transmitting Sport Values: The Importance of Parental Involvement in Children's Sport Activity. *Eur J Psychol.* 3;13(1):75-92. doi: 10.5964/ejop.v13i1.1265. PMID: 28344676; PMCID: PMC5342312.

David, P. (2005). *Human rights in youth sport: A critical review of children's rights in competitive sports.* London and New York: Routledge Taylor & Francis Group. Dostupno na: [https://books.google.hr/books?id=sUaBAgAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=hr&source=gs\\_book\\_other\\_versions#v=onepage&q&f=false](https://books.google.hr/books?id=sUaBAgAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=hr&source=gs_book_other_versions#v=onepage&q&f=false)

Eliasson, I. (2015). The gap between formalised children's rights and children's real lives in sport. *International Review for the Sociology of Sport.* 1-27. 10.1177/1012690215608516.

Ellingsen, J., Danielsen, A. (2017). Norwegian Children's Rights in Sport and Coaches' Understanding of Talent. *The International Journal of Children's Rights.* 25. 412-437. 10.1163/15718182-02502006.

Farstad, S. (2006). Protecting Children's Rights in Sport: The Use of Minimum Age; Dostupno na: <https://www.nottingham.ac.uk/hrlc/documents/publications/hrlcommentary2007/childrensrightsinsport.pdf>

Fortier K, Parent S, Lessard G. (2020). Child maltreatment in sport: smashing the wall of silence: a narrative review of physical, sexual, psychological abuses and neglect. *British Journal of Sports Medicine;* 54:4-7. Dostupno na: <https://bjsm.bmj.com/content/54/1/4>

Glibo, I. i Barić, R. (2017). Roditeljski pritisak i kvaliteta života mladih sportaša. *Hrvatska revija za rehabilitacijska istraživanja,* 53 (1), 1-12. <https://doi.org/10.31299/hrri.53.1.1>  
Konvencija o pravima djece

International safeguarding children in sport working group. (2016). *International Safeguards for Children in Sport.* Dostupno na: <file:///C:/Users/roza0/Downloads/Implementation-Guide-for-organisations-who-work-with-children-A5-version-re.pdf>

Japan Committee for UNICEF. (2018). *Children's Rights in Sport Principles* Dostupno na: [https://childinsport.jp/assets/downloads/Children's\\_Rights\\_in\\_Sport\\_Principles\\_English.pdf](https://childinsport.jp/assets/downloads/Children's_Rights_in_Sport_Principles_English.pdf)

Knight, C. J., Dorsch, T. E., Osai, K. V., Haderlie, K. L., Sellars, P. A. (2016). Influences on parental involvement in youth sport. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 5(2), 161–178. <https://doi.org/10.1037/spy0000053>

Lang, M. (2022). Advancing children's rights in sport: coaching, childhood agency and the participatory agenda, *Sports Coaching Review*, 11:1, 41-63, DOI: 10.1080/21640629.2021.1990655

La Puente, K. (2022). New Year's Resolutions for Sport: Protect Children. Dostupno na: <https://www.hrw.org/news/2022/01/18/new-years-resolutions-sport-protect-children>

Malina, R. (2009). Children and adolescents in the sport culture: the overwhelming majority to the select few. *Journal of exercise science and fitness (JESF)* 7(2). Dostupno na: [https://www.researchgate.net/publication/228756237\\_Children\\_and\\_Adolescents\\_in\\_the\\_Sport\\_Culture\\_The\\_Overwhelming\\_Majority\\_to\\_the\\_Select\\_Few](https://www.researchgate.net/publication/228756237_Children_and_Adolescents_in_the_Sport_Culture_The_Overwhelming_Majority_to_the_Select_Few)

Medić, I. (2015). Pravna zaštita maloljetnih sportaša u kontekstu prava EU. *Zbornik radova Pravnog fakulteta u Splitu*, 52 (4), 1105-1138. Preuzeto s <https://hrcak.srce.hr/152354>

Miljković, D. (2009). *Pedagogija za sportske trenere*. Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Zagreb

Ministarstvo rada, mirovinskoga sustava, obitelji i socijalne politike. (2022). Nacionalni plan za prava djece u Republici Hrvatskoj za razdoblje od 2022. do 2026. godine. Dostupno na: <https://mrosp.gov.hr/UserDocsImages/dokumenti/Socijalna%20politika/Dokumenti/Nacionalni%20plan%20za%20prava%20djece%20u%20Republici%20Hrvatskoj%20za%20razdoblje%20od%202022.%20do%202026.%20godine.pdf>

Moen F, Hrozanova M, Stiles TC, Stenseng F. (2019). Burnout and Perceived Performance Among Junior Athletes-Associations with Affective and Cognitive Components of Stress. *Sports* (Basel). 2019 Jul 11;7(7):171. doi: 10.3390/sports7070171. PMID: 31336729; PMCID: PMC6680912.

Mountjoy M, Rhind DJ, Tiivas A, Leglise M. (2015). Safeguarding the child athlete in sport: a review, a framework and recommendations for the IOC youth athlete development model. *Br*

*J Sports Med.* 49(13):883-6. doi: 10.1136/bjsports-2015-094619. PMID: 26084527; PMCID: PMC4484277.

Norveški olimpijski i paraolimpijski odbor i konfederacija sportova. (2008). Children's Rights in Sport Provisions on Children's Sport. Dostupno na: <https://www.aspeninstitute.org/wp-content/uploads/2019/04/Childrens-Right-to-Sport-in-Norway.pdf>

Project Play Aspen Institute. Children's Rights and Sports. Dostupno na: <https://www.aspenprojectplay.org/childrens-rights-and-sports>

Rhind, D., Owusu-Sekyere, F. (2019). Evaluating the impacts of working towards the International Safeguards for Children in Sport. *Loughborough University. Journal contribution.* Dostupno na: <https://hdl.handle.net/2134/38051https://eprints.kingston.ac.uk/id/eprint/43444/1/Owusu-Sekyere-F-43444-AAM-1.pdf>

Ricijas, N., Greblo Juracic, Z., Dodig Hundric, D., Žnidarec Čučković, A. (2016). Zastupljenost nasilja i nesportskog ponašanja u nogometu mladih na području Grada Zagreba - izvještaj o rezultatima istraživanja. Dostupno na: [https://www.researchgate.net/publication/299624127\\_ZASTUPLJENOST\\_NASILJA\\_I\\_NESPORTSKOG\\_PONASANJA\\_U\\_NOGOMETU\\_MLADIH\\_NA\\_PODRUCJU\\_GRADA\\_ZAGREBA\\_-\\_izvjestaj\\_o\\_rezultatima\\_istrazivanja](https://www.researchgate.net/publication/299624127_ZASTUPLJENOST_NASILJA_I_NESPORTSKOG_PONASANJA_U_NOGOMETU_MLADIH_NA_PODRUCJU_GRADA_ZAGREBA_-_izvjestaj_o_rezultatima_istrazivanja)

Sayban, J. (2021). Youth sports facts: benefits of physical activity. Dostupno na: <https://www.arizonasportscomplex.com/news/youth-sports-facts-benefits-of-physical-activity>

Thompson-Wells, M. (2022). Exploitation of children in sport: a widespread and unchecked problem. Dostupno na: <https://www.humanium.org/en/exploitation-of-children-in-sport-a-widespread-and-unchecked-problem/>

Ujedinjeni narodi. (1989). Konvencija o pravima djeteta. Dostupno na: [https://www.unicef.hr/wp-content/uploads/2017/05/Konvencija\\_20o\\_20pravima\\_20djeteta\\_full.pdf](https://www.unicef.hr/wp-content/uploads/2017/05/Konvencija_20o_20pravima_20djeteta_full.pdf)



UNESCO. (2015). International Charter of Physical Education, Physical Activity and Sport <https://en.unesco.org/about-us/legal-affairs/international-charter-physical-education-physical-activity-and-sport>

UNESCO. (2022). International Charter of Physical Education, Physical Activity and Sport. Dostupno na: <https://www.unesco.org/en/sport-and-anti-doping/international-charter-sport>

Vertommen, T., Kampen, J., Schipper-van Veldhoven, N., Wouters, K., Uzieblo, K., Van Den Eede, F. (2017). Profiling perpetrators of interpersonal violence against children in sport based on a victim survey. *Child Abuse & Neglect*, Volume 63, str. 172-182, ISSN 0145-2134, <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2016.11.029>.

Wilczyńska, D., Qi, W., Jaenes, J.C., Alarcón, D., Arenilla, M.J., Lipowski, M. (2022). Burnout and Mental Interventions among Youth Athletes: A Systematic Review and Meta-Analysis of the Studies. *Int. J. Environ. Res. Public Health* 19, 10662. <https://doi.org/10.3390/ijerph191710662>.

World Health Organization. (2022). Physical activity. Dostupno na: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity#:~:text=Children%20and%20adolescents%20aged%205,least%203%20days%20a%20week>

Sindik

Zulić, A. Frapporti-Roglić, M. (2013). Psihologija i pedagogija sporta. Dostupno na: <https://hns-cff.hr/files/documents/old/252-Psihologija5.pdf>

## POPIS SLIKA I TABLICA

Slika 1: Snimka mozga MRI u stanju mirovanja i kretanja .....	8
Slika 2: Faktori koji utječu na razvoj ličnosti .....	12
Slika 3: Tri domene treniranja .....	20
Slika 4: Razlozi iz kojih je potrebno zaštititi djecu u sportu .....	23
Slika 5: Nedolična ponašanja u sportskom okruženju .....	44
Slika 6: Čimbenici koji prethode seksualnom zlostavljanju .....	55
Tablica 1: Povoljna dob djece i mladeži za trening u pojedinim etapama sportskog usavršavanja .....	10
Tablica 2: Indikacije psihološkog maltretiranja .....	50
Tablica 3: Indikacije fizičkog i seksualnog zlostavljanja .....	52-53
Tablica 4: Indikacije zanemarivanja djece u sportu .....	57-58