

Zlata Torbarina*

Sport – zaštitni čimbenik u suočavanju s rizičnim ponašanjima djece i mladih

SAŽETAK:

Tijekom mjeseca svibnja 2006. godine u Opatiji je provedeno istraživanje u kojem je sudjelovalo 585 ispitanika i to 203 sportaša (35 %), 255 povremenih sportaša (43 %) i 127 nesportaša (22 %) u dobi od 10 do 19 godina, odnosno učenika od 4. do 8. razreda osnovne škole i srednjoškolaca.

Svrha istraživanja bila je produbiti spoznaje o postojanju ili nepostojanju povezanosti između bavljenja sportom i rizičnih ponašanja djece i mladih.

Postavljene su četiri hipoteze:

H1. Djeca i mladi koji se organizirano bave sportom manje su skloni nasilju od djece i mladih koji se sportom ne bave organizirano ili se sportom uopće ne bave.

H2. Djeca i mladi koji se organizirano bave sportom manje konzumiraju legalna i ilegalna psihoaktivna sredstva od djece i mladih koji se sportom ne bave organizirano ili se sportom uopće ne bave.

H3. Djeca i mladi koji se organizirano bave sportom odgovorniji su prema svom zdravlju od djece i mladih koji se sportom ne bave organizirano ili se sportom uopće ne bave.

H4. Djeca i mladi koji se organizirano bave sportom manje su skloni rizičnim oblicima ponašanja od djece i mladih koji se sportom ne bave organizirano ili se sportom uopće ne bave. U skupinama ispitanika dobivene su različite korelacije između rizičnih ponašanja; na uzorku sportaša jedina značajna korelacija je ona između seksualnog ponašanja i ovisnosti (.373). Kod povremenih sportaša dobivene su pozitivne korelacije između nasilja i ovisnosti (.135), nasilja i seksualnih ponašanja (.147), te stvarna značajna povezanost ovisnosti i seksualnih ponašanja (.442), a u skupini nesportaša rizično seksualno ponašanje i ovisnost stvarno su značajno pozitivno povezani (.454), seksualno ponašanje i prehrana negativno (-.169), a ovisnost i prehrana također negativno (-.213).

Sportaši jesu manje nasilni i značajno manje koriste sredstva ovisnosti od povremenih sportaša i nesportaša.

* Adresa za korespondenciju: mr. sc. Zlata Torbarina, Grad Opatija, Odjel za financije i društvene djelatnosti, M. Tita 3, 51410 Opatija, Republika Hrvatska, e-mail: zлата.torbarina@opatija.hr.

Kada se kontroliraju učinci sociodemografskih varijabli kao što su spol, dob i materijalni status, bavljenje/nebavljenje sportom ima statistički značajne učinke na većinu ispitivanih rizičnih ponašanja.

Ključne riječi: sport, nasilje, cigarete, alkohol, droga, seksualna rizična ponašanja

Vrijednost i važnost sporta prepoznata je odavna, pa se latinska izreka *u zdravom tijelu zdrav duh* citira već stoljećima. Bavljenje sportskim aktivnostima, sukladno mogućnostima, označava zdrav stil života. Osim toga, danas se sport vrlo često koristi u propagandne svrhe kao snažno sredstvo prevencije ovisnosti; poput akcija "sportom protiv droge", "da – sportu, ne – drogi" i slično.

Sport je sa svojim različitim pojavnim oblicima sastavni dio ljudske povijesti. Možemo ga sagledavati iz različitih perspektiva te tako i različito tumačiti. Za potrebe ovog istraživanja sport je sagledavan kao mogući zaštitni čimbenik u prevenciji rizičnih ponašanja djece i mladih.

Istraživanje

Cilj istraživanja bio je istražiti je li sport zaštitni čimbenik u procesu socijalizacije djece i je li bavljenje sportom povezano s manje rizičnim ponašanjima.

Problem istraživanja bio je utvrditi utjecaj sporta na ponašanje djece i mladih, a istraživački problemi bili su:

- ispitati jesu li sportaši manje nasilni od nesportaša, odnosno skupine ispitanika koji se povremeno uključuju u sportske aktivnosti;
- ispitati postoji li razlika u konzumaciji duhana, alkohola i droga između skupina ispitanika;
- ispitati jesu li sportaši odgovorniji prema svom zdravlju u odnosu na ostale skupine ispitanika.

U skladu s problemima istraživanja, postavljene su hipoteze:

H1. Djeca i mladi koji se organizirano bave sportom manje su skloni nasilju od djece i mladih koji se sportom ne bave organizirano ili se sportom uopće ne bave.

H2. Djeca i mladi koji se organizirano bave sportom manje konzumiraju legalna i ilegalna psihoaktivna sredstva od djece i mladih koji se sportom ne bave organizirano ili se sportom uopće ne bave.

H3. Djeca i mladi koji se organizirano bave sportom odgovorniji su prema svom zdravlju od djece i mladih koji se sportom ne bave organizirano ili se sportom uopće ne bave.

H4. Djeca i mladi koji se organizirano bave sportom manje su skloni rizičnim oblicima ponašanja od djece i mladih koji se sportom ne bave organizirano ili se sportom uopće ne bave.

Uzorak

U istraživanju je sudjelovalo 585 ispitanika i to 203 sportaša (35 %), 255 povremenih sportaša (44 %) i 127 nespportaša (27 %), uzrasta od 11 do 18 godina. Istraživanje je provedeno tijekom mjeseca travnja i svibnja 2006. godine u Opatiji, a obuhvatilo je gotovo 50 % djece i mladih u Opatiji.

Tablica 1: Ispitanici - ukupno

Godine	10 - 14	15 - 19	Ukupno	% učešća u ukupnoj populaciji djece i mladih u Opatiji
M	165 (60 %)	197 (54 %)	362	57
Ž	114 (35 %)	109 (31 %)	223	33
Ukupno	279 (46 %)	306 (43 %)	585	45

Formiranje triju skupina ispitanika

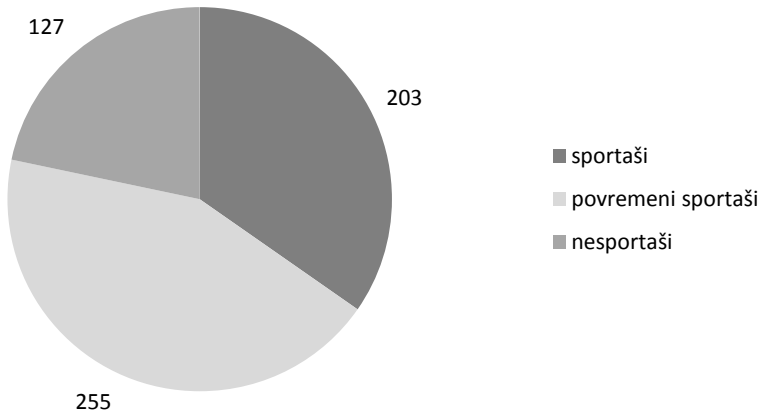
Anketni upitnik prvo su ispunili sportaši (203), članovi sportskih klubova koji djeluju na području Grada Opatije. Po formiranju skupine sportaša, pristupilo se formiranju kontrolne skupine koja je trebala sadržavati dvostruko veći broj ispitanika, a uzorak je trebao biti usklađen po spolu i dobi kao i skupina sportaša.

Ispitanici skupine nespportaša podijeljeni su u dvije skupine na temelju odgovora na 58. pitanje anketnog upitnika; *Koliko dana u tjednu svoje slobodno vrijeme provodiš u aktivnostima sa svojim vršnjacima (trčanje, sportske igre)?* Svi oni koji su na postavljeno pitanje odgovorili s 0 ili 1 dan izdvojeni su kao nespportaši (uopće se ne bave sportom ili samo iznimno), a oni koji su izabrali jedan od ostalih ponuđenih odgovora svrstani su u skupinu povremenih sportaša (djeca i mladi koji se redovito bave tjelesnim aktivnostima, ali nisu članovi sportskih klubova).

Tablica 2: Učestalost bavljenja tjelesnim aktivnostima i/ili sportom za djecu i mlade koji nisu članovi sportskih klubova

	Povremeni sportaši	%	Nesportaši	%
0 dana			80	62,99
1 dan			47	37,01
2 dana	62	24,31		
3 dana	55	21,57		
4 dana	38	14,90		
5 dana	24	9,41		
6 dana	17	6,67		
7 dana	59	23,14		
Ukupno	255	100	127	100

Grafikon 1. Distribucija ispitanika prema bavljenju sportom



Podaci su prikupljeni anketnim upitnikom o rizičnim ponašanjima mladih (Revidirani 1999 CDC YRBS upitnik) koji je prilagođen za ovo istraživanje.

Anketni upitnik sadržavao je 60 pitanja koja su, u skladu s postavljenim hipotezama, podijeljena u 4 osnovne skupine:

- pitanja koja se odnose na nasilnička ponašanja
- pitanja koja se odnose na ovisnost
- pitanja koja se odnose na seksualno ponašanje i
- pitanja koja se odnose na prehranu.

Uvodni dio anketnog upitnika, osim osnovnih pitanja o dobi i spolu, sadržavao je i pitanja koja se odnose na materijalnu situaciju obitelji i na odnos s roditeljima.

Podaci su prikupljeni na treningu, odnosno nastavi. Skupina sportaša anketirana je grupno na treninzima, slučajnim odabirom i po principu dobrovoljnosti.

Povremeni sportaši i nespportaši anketirani su grupno na redovitim školskim nastavnim satima.

Identifikacija varijabli

Prediktorska varijabla = sport

Iako se većina autora slaže u tome da je **sport** tjelesna aktivnost usmjerena na natjecanja, održavanje zdravlja ili zabavu, za ovo istraživanje **sport** se definira kao tjelesna aktivnost djece i mladih pod stručnim vodstvom najmanje dva puta tjedno radi nastupa na natjecanjima.

Kriterijske varijable = nasilnička ponašanja, pijenje alkoholnih pića, pušenje duhana, uporaba droga, seksualna rizična ponašanja, nezdrave prehrabene navike

Rezultati i rasprava

U skupinama ispitanika dobivene su različite korelacije između rizičnih ponašanja; na uzorku sportaša jedina značajna korelacija je ona između seksualnog ponašanja i ovisnosti (,373).

Tablica 3: Korelacije među faktorima u skupini sportaša

	Nasilje	Ovisnost	Seksualna rizična ponašanja	Prehrana
Nasilje	1			
Ovisnost	,061	1		
Seksualna rizična ponašanja	,060	,373**	1	
Prehrana	,029	-,134	,085	1

Kod povremenih sportaša dobivene su pozitivne korelacije između nasilja i ovisnosti (.135), nasilja i seksualnih ponašanja (.147) te stvarna značajna povezanost ovisnosti i seksualnih ponašanja (.442).

Tablica 4: Korelacije među faktorima u skupini povremenih sportaša

	Nasilje	Ovisnost	Seksualna rizična ponašanja	Prehrana
Nasilje	1			
Ovisnost	,135*	1		
Seksualna rizična ponašanja	,147*	,442**	1	
Prehrana	-,044	-,099	-,070	1

U skupini nesportaša rizično seksualno ponašanje i ovisnost su stvarno značajno pozitivno povezani (.454), seksualno ponašanje i prehrana negativno (-,169) , a ovisnost i prehrana također negativno (-,213).

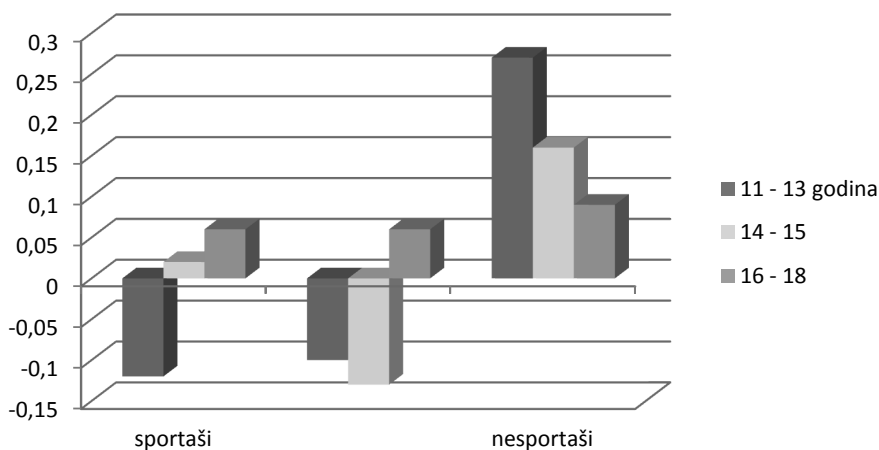
Tablica 5. Korelacije među faktorima u skupini nesportaša

	Nasilje	Ovisnost	Seksualna rizična ponašanja	Prehrana
Nasilje	1			
Ovisnost	,155	1		
Seksualna rizična ponašanja	,033	,454**	1	
Prehrana	-,020	-,169**	-,213**	1

Dobiveni rezultati potvrdili su da sklonost jednom rizičnom ponašanju često vodi k ostalim rizičnim ponašanjima (Gramezy, 1991, prema Bašić, Ferić 2004), da uzimanje jednog sredstva ovisnosti potiče i uzimanje nečeg drugog te da mladi koji koriste sredstva ovisnosti imaju i rizičnija seksualna ponašanja (Kuzman, 2004).

Sportaši jesu manje nasilni, gotovo uopće ne nose oružje sa sobom i rjeđe nego povremeni sportaši i nesportaši sudjeluju u tučama. No, u skupini sportaša nasilje se povećava s dobi, a slični rezultati dobiveni su kod povremenih sportaša, dok kod nesportaša nasilje opada s godinama uzrasta.

Grafikon 2: Prosječne vrijednosti pojedinih dobnih skupina ispitanika za nasilje



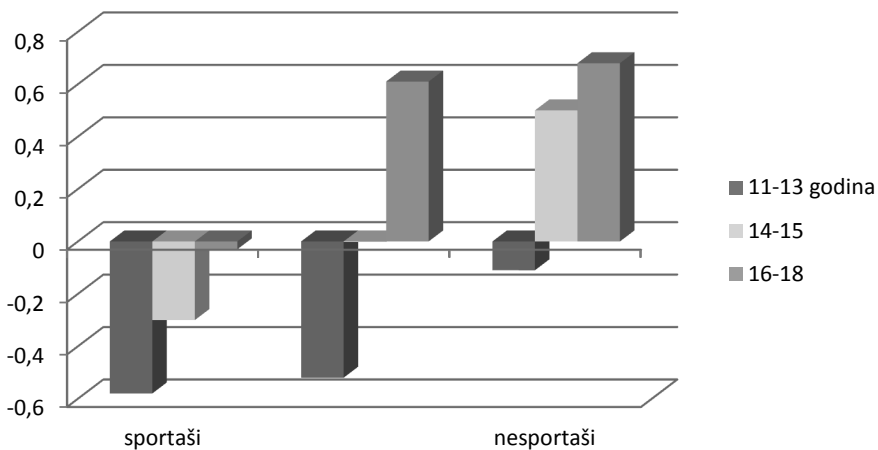
Iako govorimo o sportu djece i mladih, očito se i u ovoj djelatnosti naglašava moto *brže, više, jače*, odnosno krajnji cilj postaje ostvarivanje što boljih sportskih rezultata. To može upućivati na neadekvatno postupanje trenera koji kod djece potiču nezdrava natjecanja i netoleranciju te nameću kao imperativ pobjedu pod svaku cijenu. Borbenost i natjecateljski duh vidljiv je i u sportskim igrama djece i mladih koji na taj način provode svoje slobodno vrijeme. Redovito bavljenje sportom ili tjelesnim aktivnostima povećava fizičku snagu, pa je moguće da sportaši za rješavanje konfliktnih situacija koriste tu prednost u odnosu na ostale. Kod nesportaša tijekom djeluje uobičajeno, pa stupnjem zrelosti mladi sve bolje mogu kontrolirati agresivna ponašanja, no kod sportaša se očito potiču agresivna ponašanja, posebice u natjecanjima. Iako govorimo o sportu djece i mladih, gdje bi sport trebao primarno imati odgojnu funkciju i gdje rezultat ne bi trebao biti najvažniji, dobiveni rezultati ukazuju da to nije tako. Na sazrijevanje sportaša i povremenih sportaša utječu vanjski faktori koji imperativ pobjede (pa bila to i prijateljska utakmica ili nadmetanje) nameću kao jedini i najvažniji.

Sportaši značajno manje koriste sredstva ovisnosti od povremenih sportaša i nesportaša. Više od 75 % sportaša nikada nije zapalilo cigaretu, a 89 % ih nije pušilo u mjesecu koji je prethodio istraživanju. 95 % ispitanika sportaša izjavljuje da nikad nije popilo alkoholno piće izuzev nekoliko gutljaja, a 91 % ih nikad nije koristilo nikakvu drogu. Samo jedan ispitanik koristi tablete i nedozvoljena sredstva/doping za poboljšanje rezultata. Rezultati koje je pokazala skupina povremenih sportaša i nesportaša značajno su lošiji nego rezultati dobiveni kod sportaša.

Dobiveni rezultati ukazuju na značajnu povezanost dobi i ovisnosti. Što su ispitanici stariji, to je i uporaba sredstava ovisnosti veća, što je i očekivani rezultat, iako je povezanost dobi i ovisnosti najveća kod nesportaša. U skladu s općeprihvaćenim normama, najraširenije je pijenje alkoholnih pića (najveći broj ispitanika prvo piće probalo je u dobi od 13 do 14 godina), zatim pušenje cigareta (prva cigareta najčešće se proba u dobi od 11 do 12 godina), pa uporaba droga koje se i počinju koristiti najkasnije, i to u dobi od 15 do 16 godina. Takav slijed moguće je objasniti postojećim stilom života ugrađenim u našu kulturu. Već spomenuti problem uporabe alkoholnih pića, a kao njegova posljedica prekomjerno pijenje, puno je manje spominjan i puno ga je teže primijetiti. Pijenje alkoholnih pića u svim prilikama bio je i ostao obrazac prihvatljivog ponašanja, a već je utvrđeno da prvo alkoholno piće djeci često ponude upravo roditelji, posve nesvjesni potencijalnih opasnosti. Iako je i pušenje cigareta u svim prilikama također bilo prihvatljiv obrazac ponašanja, danas je situacija ipak drugačija. Pušenje polako postaje neprihvatljivo ponašanje, a korištenje droga nikad nije ni bilo ugrađeno u našu sredinu kao sustav prihvatljivog ponašanja. Dodatna edukacija, mediji, rezultati zdravstvenih istraživanja o štetnosti pušenja, a u konačnici i zabrana pušenja dugotrajan je proces koji tek počinje davati vidljive rezultate - smanjenje broja pušača.

Iako stručnjaci već godinama upozoravaju na sveprisutni problem alkohola i alkoholizma u obiteljima, dobiveni rezultati i ovdje pokazuju toleranciju prema korištenju sredstava ovisnosti. No, među ispitanicima ima malo onih koji žive u obiteljima u kojima jedan ili više članova piju dnevno i više nego je uobičajeno.

Grafikon 3: Prosječne vrijednosti pojedinih dobnih skupina ispitanika za ovisnost



Nesportaši su populacija koja je seksualno najaktivnija, ali iz dobivenih rezultata vidljivo je da je skupina nesportaša i najstarija, te da dob ispitanika ima značajan multivarijatan učinak na ispitivane zavisne varijable ($F = 31.66$; $p < 0.001$), te na pojedinačne varijable ovisnost ($F = 45.24$; $p < 0.001$) i seksualno ponašanje ($F = 115.94$; $p < 0.001$).

Zaključak

Kada se kontroliraju učinci sociodemografskih varijabli kao što su spol, dob i materijalni status, bavljenje/nebavljenje sportom ima statistički značajne učinke na većinu ispitivanih rizičnih ponašanja. Na temelju rezultata istraživanja potvrđene su postavljene hipoteze.

Istraživanjem smo ispitivali povezanost sporta i rizičnih ponašanja, a krenuli smo od pretpostavke da je sport organizirano provođenje slobodnog vremena djece i mladih pod stručnim vodstvom. Dobiveni rezultati odnose se na zaštitni učinak sporta, no moguće je da bi se slični rezultati dobili da smo istraživali i populaciju koja se ne bavi sportom, nego nekom drugom organiziranom aktivnošću prema svojim željama i interesima. U skladu s tim, neka buduća istraživanja trebalo bi provesti tako da se istraži zaštitni učinak organiziranog slobodnog vremena djece i mladih.

Istraživanje je također bilo usmjereno na povezanost sporta i vidljivih, eksternaliziranih problema. Bilo bi zanimljivo provesti slično istraživanje o povezanosti sporta i internaliziranih problema kod djece i mladih. Tako bismo vjerojatno dobili realniju sliku o problemima i poremećajima u ponašanju. Prevencija se puno spominje na deklarativnoj razini, a u praksi se više bavimo posljedicama. Promicanje zdravlja i pružanje uvjeta za optimalni tjelesni, psihološki i socijalni razvoj djece i mladih temeljna je obveza zajednice, a bolji uvid u poteškoće i probleme s kojima se suočavaju djeca i mladi u procesu sazrijevanja neophodan je za planiranje i provedbu programa prevencije.

LITERATURA:

1. Bašić, J., Ferić, M. (2004.): **Djeca i mladi "u riziku": rizična ponašanja**, Poremećaji u ponašanju i rizična ponašanja: pristupi i pojmovna određenja, Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet, Sveučilište u Zagrebu, Zagreb, str. 57-71.
2. Bosnar, K. (2002.): **Agresivnost i sport u adolescenata**, Zbornik radova 11. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske, Hrvatski kineziološki savez, Rovinj, str. 105-107.

3. Ćorić, T., Hrabak-Žerjavić, V., Kuzman, M., Mayer, D. (2006.): **Svjetsko istraživanje o uporabi duhana u mladima – rezultati za Hrvatsku**, Hrvatski zavod za javno zdravstvo, Zagreb.
4. Doležal, D. (2006.): **Otpornost i prevencija poremećaja u ponašanju**, Hrvatska revija za rehabilitacijska istraživanja, 42/1, Zagreb, str. 87-103.
5. Horga, S. (1993.): **Psihologija sporta**, Fakultet za fizičku kulturu, Zagreb.
6. Hudolin, V. (1989.): **Ovisnost o alkoholu i drugi alkoholom izazvani poremećaji**, u: Kecmanović, D. (1989): **Psihijatrija**, tom II, Medicinska knjiga, Beograd-Zagreb, str. 1367-1446.
7. Janković, J. (1994.): **Obitelj i droga**, Školske novine, Zagreb.
8. Kosinac, Z. (2005.): **Ustroj činitelja i pobuda učenika osnovnih škola za sudjelovanjem u sportu**, Zbornik radova VI. konferencije o športu Alpe-Jadran, Ministarstvo znanosti, obrazovanja i športa Republike Hrvatske, Zagreb, str. 169-178.
9. Kuzman, M., Pejnović Franelić, I., Pavić Šimetin, I. (2004.): **Ponašanje u vezi sa zdravljem u djece školske dobi 2001/2002 – rezultati istraživanja**, Hrvatski zavod za javno zdravstvo, Zagreb.
10. Kuzman, M. (2008.): **Rizično ponašanje u adolescentnoj populaciji**, Zbornik radova s 10. simpozija o spolno prenosivim bolestima i urogenitalnim infekcijama, Hrvatsko društvo za urogenitalne i spolno prenosive infekcije HLZ-a, Klinika za infektivne bolesti "Dr. Fran Mihaljević", Zagreb.
11. Madunović, J. (1997.): **Pušenje, pijenje alkoholnih pića i doping među sportašima u Hrvatskoj**, magistarski rad, Sveučilište u Zagrebu, Medicinski fakultet, Zagreb.
12. Novak, M., Bašić, J. (2008.): **Internalizirani problemi kod djece i adolescenata: obilježja i mogućnost prevencije**, Ljetopis socijalnog rada, Zagreb 15/03, str. 473-498.
13. Prot, F. (2002.): **O agresivnosti natjecateljski borilačkih sportova, sportskih igara i sportova s naglašenom estetskom komponentom**, Zbornik radova 11. ljetne škole kineziologa Republike Hrvatske, Hrvatski kineziološki savez, Rovinj, str.171-174.
14. Rosić, V. (2005.): **Značaj odgoja djece i mladeži u športu**, Zbornik radova VI. konferencije o športu Alpe-Jadran, Ministarstvo znanosti, obrazovanja i športa Republike Hrvatske, Zagreb, str. 141-150.
15. **Sport – using sport for drug abuse prevention** (2002.), Global Youth Network, United nations, New York.
16. Štulhofer, A. (1999.): **Terra incognita?: adolescentska spolnost i rizično ponašanje**, Društvena istraživanja, Institut za društvene znanosti Ivo Pilar, Zagreb, 2/3(40/41), str. 267-285.
17. Tomić Koludrović, I., Leburic, A. (2002.): **Lifestyle or survival strategy: croatian youth in the late 1990s**, Flying over or falling through the cracks? Young people in the risk society, Ministry of Education, Science and Sport of the Republic of Slovenia, Office of the Republic of Slovenia for Youth, Ljubljana, str. 113-119.
18. Videmšek, M., Karpljuk, D., Rešetar, V., Kondrič, M., Štihec, J. (2002.): **Sport activities and smoking habits among schoolchildren**, J. Kinesiology, International Journal of Fundamental and Applied Kinesiology, Faculty of Kinesiology, Zagreb, 34/2, str. 134-140.
19. Vuori, I. (2004.): **Physical inactivity is a cause and physical activity is a remedy for mayor public health problems**, J. Kinesiology 36/2, International Journal of Fundamental and Applied Kinesiology, Faculty of Kinesiology, Zagreb, str. 123-153.
20. Zdravstveno-statistički ljetopis Primorsko-goranske županije za 2006. godinu (2007), Nastavni zavod za javno zdravstvo Primorsko-goranske županije Rijeka, Rijeka, str.1.