

Agresja w sporcie

źródła, przyczyny, możliwości przeciwdziałania.

Naukowe pojęcie przemocy, choć używane powszechnie, nie zostało jak dotąd jednoznacznie zdefiniowane. W literaturze psychologicznej znajdujemy przede wszystkim termin agresja, której celem jest wyrządzanie krzywdy, za przemoc zaś uznaje się wywieranie swoistego rodzaju wpływu (np. wymuszenie zachowań pożądaných). Coraz więcej agresji widać na ulicy, w domu, w życiu społecznym, w sporcie, w aktach terroru międzynarodowego. Naturalnym staje się wobec tego pytanie o przyczyny i źródła agresji u człowieka jako jednostki oraz człowieka działającego w grupie (np. nieformalne grupy kibiców sportowych).

Agresja jest pojęciem szerszym od przemocy. Czasami spotykamy się z agresją obronną, kiedy słusznie bronimy swoich spraw, czy życia przed atakiem i przemocą. Agresja tak pojęta należy do wyposażenia gatunkowego człowieka i spełnia pewne funkcje. Niekiedy pojawia się ona w sytuacji frustracji, gdy realizacja ważnych zadań lub potrzeb jest uniemożliwiona. Przykładem ze świata sportu niech będzie zachowanie piłkarza podczas meczu, który znajdując się pod presją wyniku, kibiców tej samej drużyny i nie w pełni zdając sobie sprawę z niedostatku swoich umiejętności nie może zrealizować upragnionego celu sportowego. Zawodnik taki pragnie akceptacji dla swojej "klasy sportowej", poklasku swoich kibiców. W przypadku, gdy nie udaje mu się minąć zawodnika drużyny przeciwnej, czy nie zdobywa efektywnej bramki, albo jest wręcz ośmieszany przez lepszego zawodnika przeciwnej drużyny, ucieka się do zachowania agresywnego w postaci zagrania nie fair play.

Innym przykładem frustracji jest postawa zawodnika, sportowca, który nie mogąc w sposób uczciwy osiągnąć zamierzonego celu, zachowuje się agresywnie wobec przeciwnika - np. bokser, który jest słabszy, zadaje ciosy poniżej pasa, łapie za koszulkę, odgryza ucho, itp.

Te zasadnicze źródła agresji są naturalne i wydają się być zrozumiałe. Uwidaczniają się one z całą mocą w walce sportowej, w emocjach, często są zachowaniami spontanicznymi i nie do końca przemyślanymi. Decyzje o podjęciu działania agresywnego podejmowane są często wtedy pod presją danej chwili ("na gorąco").

Niestety agresja u człowieka, a więc i u sportowca może być również celem samym w sobie. Zdarza się, że inna jednostka lub grupa ludzi (zespół sportowy) może być postrzegana jako potencjalna zdobycz lub przeszkoda, którą po prostu trzeba wytepić, aby osiągnąć cel.. Ten rodzaj agresji jest źródłem krwawych pogromów, najazdów, nienawiści do innej rasy, koloru skóry, itp. Kibice drużyny piłkarskiej, czy koszykarskiej mogą pojechać nawet na drugi koniec kraju, nie po to, aby oglądać mecz swojego zespołu, ale żeby w sposób "krwawy" rozprawić się z kibicami drużyny przeciwnej. W tym przypadku mecz jest tylko pretekstem do uzewnętrzniania agresji.

Agresja jako zjawisko narastające samo w sobie może występować także wtedy, gdy od dziecka dana osoba jest nagradzana za stosowanie wrogich i agresywnych zachowań np. dla uzyskania poklasku kolegów, lub za cenę przynależności do jakiejś grupy, lub też za cenę akceptacji przez kogoś, kto jest przykładem, autorytetem, mistrzem, nie zawsze w

pozytywnym tego słowa znaczeniu. Przykładem wyniesionym z życia sportowego niech będzie hokeista zawodowy K. Oliwa, którego głównym celem i zadaniem są bójki i zachowania agresywne w czasie zawodów w celu fizycznej i psychicznej eliminacji z gry swoich przeciwników. Hokeista ten jest tylko jednym z trybów sprawnie działającego zespołu, wyspecjalizowanym w sportowej agresji, która ma na celu zastraszenie i osiągnięcie przewagi psychicznej nad rywalem sportowym dla zrealizowania końcowego sukcesu w postaci wygranej całego zespołu. Z czasem zachowanie agresywne takiego sportowca staje się dla niego samego czymś powszednim i nawet przyjemnym, tak jak dla jego kolegi np. strzelanie bramek.

Obok źródeł występowania agresji należy wymienić bardziej szczegółowo przyczyny, które z czasem powodują powstanie agresji. Do najpoważniejszych należą:

** występowanie sytuacji trudnych, konfliktowych bezpośrednio w walce sportowej i poza nią (np. agresywne zachowanie słowne, obraźliwe gestykulacje przeciwników sportowych i ich sztabów w czasie konferencji prasowych, w mediach elektronicznych, w reklamach).

** powszechna komercjalizacja życia, co powoduje spychanie przez rodziców na dalszy plan problemów dzieci.

** sytuacja finansowa rodziny (zarabianie pieniędzy za wszelką cenę, stąd brak czasu na zajęcia z dziećmi, które wychowują się często na ulicy wśród rówieśników). Przykładem są choćby najsłynniejsi bokserzy, którzy spędzili dzieciństwo na ulicy ucząc się przetrwania i angażując od dziecka w zachowania agresywne, aby przetrwać, aby zdobyć akceptację rówieśników i środowiska, w którym dorastali.

** trudne sytuacje rodzinne (rodziny rozbite - alkoholizm, bezrobocie). W sporcie, szczególnie zawodowym zarabia się ogromne pieniądze. Nędza w dzieciństwie powoduje chęć wybicia się za wszelką cenę w życiu dorosłym.

** kłopoty w szkole (uczestnictwo w grupach nieformalnych - ucieczki, wagary). Spośród takich uczniów wywodzą się potem kibice - fanatycy, dla których agresja do innych kibiców, czy sportowców stanowi ważny element dorosłego życia.

** nadużywanie alkoholu i środków odurzających (często spotykane wśród kibiców i sportowców - np. sterydy anaboliczne powodują wzrost agresji).

** brak możliwości zagospodarowania wolnego czasu.

** niekorzystny wpływ mass mediów, propagowanie w agresji i przemocy (np. Małysz kontra Hannawald; agresja polskich kibiców w stosunku do niemieckiego skoczka).

** niedostateczna rola trenerów, działaczy, wychowawców w pozytywnym oddziaływaniu na młodzież uprawiającą sport (sukces za wszelką cenę).

** niewielka liczba zajęć alternatywnych lub ich brak, co powoduje łączenie się młodzieży w grupy nieformalne.

Poza zachowaniami agresywnymi samych sportowców oraz kibiców, należy także wspomnieć o działaczach sportowych, czyli ludziach odpowiedzialnych za tworzenie, kreowanie i

organizowanie imprez sportowych. Niejednokrotnie ludzie ci również pracują komunikując się z otoczeniem w sposób agresywny (słowne utarczki i przepychanki w czasie konferencji prasowych, walnych zgromadzeń, przy wyborze władz klubowych itp.).

Jak widać agresja w sporcie to zjawisko powszechne, niekiedy akceptowane, często również potępiane. W społeczeństwie jednak istnieje głębokie przekonanie o potrzebie systematycznego przeciwdziałania temu zjawisku już od najmłodszych lat. Pierwsze programy powinny być już wprowadzone w szkole podstawowej a założeniem ich realizacji powinno być:

- ** rozwijanie zdolności do empatii,
- ** kształtowanie umiejętności kontrolowania pobudzenia,
- ** gotowość do rozwiązywania problemów,
- ** nabywanie kompetencji w radzeniu sobie ze złością, gniewem, frustracją.

Brak społecznego przystosowania utrudnia przyjęcie właściwych strategii umożliwiających współobecność i współdziałanie w grupie. Zamiast postaw prospołecznych uczniowie w szkole (a więc i przyszli sportowcy, kibice, działacze sportowi) manifestują zachowania agresywne, pełne przemocy, ponieważ przy braku doświadczenia i ćwiczeń w zakresie kompetencji społecznych przynoszą one szybkie rozwiązania i często są aprobowane przez rówieśników. Tego typu zachowania stanowią szansę samopotwierdzenia, zwłaszcza, gdy występuje brak sukcesu szkolnego i realizacji swojego "ja" w innych dziedzinach życia.

Trening empatii to inaczej gotowość wczuwania się w sytuacji innych ludzi (przeciwników sportowych, innych kibiców, partnerów w negocjacjach, itp.).

Gotowość do empatii ma ogromne znaczenie dla zachowań prospołecznych i interpersonalnych strategii rozwiązywania problemów. Dlatego podkreśla się tu ważność:

- ** identyfikacji z przeciwnikiem sportowym (szacunek do innego sportowca),
- ** przewidywalności zachowań partnera,
- ** spostrzeżeń, iż inni ludzie różnorodnie reagują i odczuwają znajdując się w tych samych sytuacjach,
- ** różnorodności ludzkich upodobań,
- ** umiejętności słuchania i nadawania komunikatów zwrotnych.

Kontrola pobudzenia natomiast wiąże się z gotowością do redukcji bodźców, z właściwym rozpoznaniem trudności i określeniem problemu oraz drogi (sposobu) jego rozwiązania i weryfikowania. Uczniowie powinni postępować drogą od rozpoznania mimiki i gestu, szukać wskazówek do rozwiązania problemu, wczuć się w sytuację innych ludzi. Podobną rolę odgrywa trening gotowości do społecznego zachowania, w którym młodzi ludzie mogą wykorzystać poznaną strategię do rozwiązywania konkretnego problemu. Tego typu sytuacje stawiają przed uczniem następujące zadania:

- ** podejmowanie udziału w grze,
- ** ignorowanie zaczepek,
- ** obrona przed naciskiem grupy,
- ** serdeczne proszenie kogoś o pomoc,
- ** umiejętność grzecznego przerywania swemu adwersarzowi.

Kolejnym założeniem programu przeciw agresji powinno być radzenie sobie ze złością i nienawiścią. Konieczne tutaj staje się nauczenie młodych ludzi umiejętności rozpoznania oznak złości (w mimice, geście, itp.) u innych i u siebie samego, ponadto umiejętność rozluźnienia się, użycie wyuczonych strategii dla poradzenia sobie z drwiną, krytyką, rozczarowaniem, zarzutami i konsekwencjami własnych czynów.

Powołując się na aktualne badania, można wnioskować, iż:

- ** Agresja i przemoc dominują szczególnie w zachowaniach chłopców i są przez nich w pełni akceptowane
- ** Sprawcy agresji są najczęściej ofiarami i odwrotnie.
- ** Terenem zachowań agresywnych bywają najczęściej boiska szkolne, korytarze, itp.

W konsekwencji agresja zostaje przeniesiona na areny sportowe i w dobie cywilizacji elektronicznej staje się wszechobecna w codziennym życiu.

Opracował: mgr Janusz Jelonek

Publikacja zamieszczona w internecie: <http://www.x-lo.krakow.pl/sks/publikacje.htm>