

# Prevenција rizičnih ponašanja djece i mladih - iz perspektive sportskih trenera

---

**Stanić, Iva**

**Master's thesis / Diplomski rad**

**2023**

*Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj:* **University of Rijeka, Faculty of Humanities and Social Sciences / Sveučilište u Rijeci, Filozofski fakultet**

*Permanent link / Trajna poveznica:* <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:186:797822>

*Rights / Prava:* [In copyright](#) / [Zaštićeno autorskim pravom.](#)

*Download date / Datum preuzimanja:* **2024-07-22**



*Repository / Repozitorij:*

[Repository of the University of Rijeka, Faculty of Humanities and Social Sciences - FHSSRI Repository](#)



SVEUČILIŠTE U RIJECI  
FILOZOFSKI FAKULTET U RIJECI  
ODSJEK ZA PEDAGOGIJU

Iva Stanić

PREVENCIJA RIZIČNIH PONAŠANJA DJECE I MLADIH – IZ PERSPEKTIVE  
SPORTSKIH TRENERA

DIPLOMSKI RAD

Rijeka, 2023.

SVEUČILIŠTE U RIJECI  
FILOZOFSKI FAKULTET U RIJECI  
ODSJEK ZA PEDAGOGIJU

Iva Stanić

PREVENCIJA RIZIČNIH PONAŠANJA DJECE I MLADIH – IZ PERSPEKTIVE  
SPORTSKIH TRENERA

DIPLOMSKI RAD

Mentor:

Prof. dr. sc. Jasminka Zloković

Rijeka, 2023.

UNIVERSITY OF RIJEKA  
FACULTY OF HUMANITIES AND SOCIAL SCIENCES  
DEPARTMENT OF EDUCATION

Iva Stanić

PREVENTION OF RISK BEHAVIOR OF CHILDREN AND YOUTH - FROM THE  
PERSPECTIVE OF SPORTS COACHES

MASTER THESIS

Mentor:

Prof. dr. sc. Jasminka Zloković

Rijeka, 2023.

## IZJAVA O AUTORSTVU DIPLOMSKOG RADA

Ovime potvrđujem da sam osobno napisao/la rad pod naslovom: *Prevenција rizičnih ponašanja djece i mladih – iz perspektive sportskih trenera* te da sam njegov autor/ica.

Svi dijelovi rada, nalazi i ideje koje su u radu citirane ili se temelje na drugim izvorima (mrežnim izvorima, literaturi i drugom) u radu su jasno označeni kao takvi te adekvatno navedene u popisu literature.

Ime i prezime studentice: Iva Stanić

Datum: 30.08.2023.

Vlastoručni potpis: \_\_\_\_\_

## Sažetak

U teorijskom dijelu prikazan je presjek dosadašnjih istraživanja i spoznaja dobivenih pregledom stručne literature o problemu rizičnih ponašanja s naglaskom na sport kao alat prevencije i perspektivu trenera u fenomenu razvoja rizičnog ponašanja kod djece i mladih. U radu su definirani ključni termini povezani s rizičnim ponašanjem, opisani su različiti oblici rizičnih ponašanja te je pružen sveobuhvatan pregled metoda prevencije takvih oblika ponašanja. Poseban fokus stavljen je na identifikaciju slobodnog vremena kao važnog elementa prevencije u životima djece i mladih, uz naglasak na sport kao potencijalnoj aktivnosti u tom kontekstu. Pojašnjen je pojam sporta te njegova važnost u odgojnoj ulozi unutar slobodnog vremena djece i mladih. Također, detaljno je opisana ključna uloga sporta u prevenciji rizičnih ponašanja te istaknuta važnost pedagoškog pristupa trenera koji rade s ovom skupinom.

U empirijskom dijelu rada prikazana je metodologija pomoću koje se ispitivalo mišljenje trenera o ulozi sporta kod prevencije rizičnih ponašanja, ali i mišljenje o njihovim vlastitim kompetencijama koje su im potrebne za uključivanjem preventivnih metoda u svoju trenersku praksu. Temeljni cilj ovog istraživanja je ispitivanje mišljenja trenera o ulozi sporta i prevenciji rizičnih ponašanja kod djece i mladih (sportaša). Istraživanje je provedeno na uzorku od 108 ispitanika, od čega je 60 (55,6%) muškog, a 48 (44,4%) ženskog spola, a za analizu prikupljenih podataka primijenjene su metode kvantitativne analize. Rezultati su pokazali kako prema mišljenju trenera natjecanje i razvoj profesionalnih sportaša nisu najznačajniji ciljevi bavljenja sportom kod djece i mladih (sportaša), kako je sport zaštitni faktor u razvoju rizičnih ponašanja (sportaša) te kako su za rad s djecom i mladima potrebne svih 8 dimenzija pedagoških kompetencija prema Jurčić (2014) u prevenciji rizičnih ponašanja: osobna kompetencija, komunikacijska kompetencije, analitička kompetencije, socijalna kompetencije, emocionalna kompetencije, interkulturalna kompetencije, razvojna kompetencije, vještina u rješavanju problema.

Ključne riječi: prevencija rizičnih ponašanja; sport i prevencija rizičnih ponašanja; kompetencije trenera za prevenciju rizičnog ponašanja

## **Abstract**

In the theoretical part a section of research made so far and insights gained from expert literature is shown. Key aspects linked with risky behavior, and forms of risky behavior are defined and adequate risk behavior prevention is described. Free time is detected as one of the preventive forms in the lives of children and youth, and sports as a possible free time activity. The notion of sport is defined, and its role in the education of persons during their free time. The role of sport in preventing risky behavior and the importance of pedagogically oriented work with coaches is described. In the empiric part of the final paper the methodology with which the coaches opinions about the role of sport as a means to prevent risky behavior was tested is shown, but also their own opinion about the competencies they need to include preventive methods in their practises.

The goal of this research was to test the opinion of coaches about the role of sport in prevention of risk behavior in children and youth (athletes). The research was conducted on 108 participants, from which 60 (55.6%) are male, and 48 (44.4%) are female, for analysis of the data methods of qualitative analysis was used. The results show that in the coaches opinion competition and development into a professional athlete are not the most significant goals of sport in children and youth(athletes), how they think sport is a protective factor in the development of risk behavior (athletes) and how you need all 8 dimension of pedagogic competences to work with children and youth in preventing risk behavior; personal competence, communication competence, analytical competence, social competence, emotional competence, intercultural competence, developmental competence, skill in solving problems.

Key words: prevention of risky behavior; sport and prevention of risky behavior; coach competencies in preventing risky behavior

## Sadržaj

1. Uvod .....	8
2. Definiranje i oblici rizičnog ponašanja .....	10
2.1. Definiranje pojma .....	10
2.2. Oblici rizičnih ponašanja .....	11
2.2.1. Vršnjačko nasilje.....	11
2.2.2. Konzumacija alkohola .....	13
2.2.3. Konzumacija cigareta.....	14
2.2.4. Konzumacija marihuane .....	15
2.2.5. Ostala rizična ponašanja.....	15
2.2.6. Višestruko rizično ponašanje .....	17
3. Rizični i zaštitni čimbenici .....	18
3.1. Prevencija rizičnog ponašanja .....	19
3.2. Slobodno vrijeme djece i mladih kao mogući zaštitni čimbenik.....	21
4. Sport u prevenciji rizičnih ponašanja .....	23
4.1. Definiranje pojma sport .....	23
4.2. Sport i slobodno vrijeme.....	24
4.3. Odgojna uloga sporta.....	26
4.4. Sport kao zaštitni i/ili rizični faktor .....	27
4.5. Sport i razvoj otpornosti .....	28
5. Pedagoški orijentiran rad trenera.....	30
5.1. Kompetencije trenera za prevenciju rizičnih ponašanja .....	32
6. Metodologija istraživanja .....	34
6.1. Predmet i cilj istraživanja.....	34
6.2. Istraživačko pitanje.....	34
6.3. Hipoteze.....	34
6.4. Varijable .....	35
6.5. Uzorak istraživanja .....	35
6.6. Instrument istraživanja .....	36
6.7. Prikupljanje i obrada podataka .....	37
7. Rezultati istraživanja i diskusija.....	39
7.1. Uloga sporta prema mišljenju trenera.....	39
7.2. Sport kao zaštitni/rizični faktor .....	43
7.3. Kompetencije trenera u prevenciji rizičnih ponašanja .....	48



7.4. Preporuke za poboljšanje prakse .....	53
8. Zaključak.....	57
Popis tablica i slika.....	59
8.1. Popis tablica.....	59
8.2. Popis slika.....	59
Literatura .....	60
Prilog 1. Anketni upitnik.....	67

## 1. Uvod

Rizična ponašanja definiraju se kroz različite pristupe te postoje razne terminologije različitih autora (Bašić, 2009; Zloković i Vrclj, 2010; Pavićević, 2014; Sokač, 2014). Zajedničke osnove uključuju neke oblike asocijalnih ponašanja koje utječu na razvoj mladih, ali i na njihove obitelji i šire zajednice te uključuju odstupanja od normi uobičajenog ponašanja. Šentija Knežević, Kuculo i Ajduković (2019) pružaju pregled nekih uobičajenih oblika rizičnih ponašanja kod mladih, kao što su vršnjačko nasilje, konzumacija alkohola, konzumacija cigareta i konzumacija marihuane. Oni ističu da se ta rizična ponašanja često javljaju zajedno i dijele slične rizične faktore, što se naziva višestrukim rizičnim ponašanjima. Ovi oblici ponašanja često imaju zajedničke čimbenike rizika, poput nepovoljnih obiteljskih uvjeta, negativnih utjecaja vršnjaka, nedostatka podrške obitelji i vršnjaka te prisutnosti stresnih događaja. Ti čimbenici rizika mogu povećati osjetljivost pojedinca na različite oblike rizičnih ponašanja (Bašić, 2009). Kod definiranja rizičnih i zaštitnih čimbenika autori se slažu kako su zaštitni čimbenici ti koji smanjuju šanse u razvijanju rizičnih ponašanja, a rizični čimbenici povećavaju vjerojatnost razvijanja rizičnih ponašanja (Bašić, 2009; Huterer i Nagy, 2019; Pavićević, 2014; Rosario de Guzman, 2014). Prevencija rizičnog ponašanja trebala bi biti usmjerena na poboljšanja kvalitete života mladih putem edukacijskih programa primarne prevencije rizičnih ponašanja koji su usmjereni prema djeci i mladima, ali i prema roditeljima, nastavnicima i odgajateljima Sokač (2014). Također, naglašava se važnost organiziranja učinkovitog sustava za rano prepoznavanje simptoma i otkrivanje rizičnih ponašanja. To su ključni suvremeni zahtjevi koji se postavljaju pred preventivne strategije. Stručnjaci vide slobodno vrijeme kao jedan od mogućih oblika prevencije (Jeđud i Novak, 2006; Livazović i Vranješ, 2012) te sport kao aktivnost slobodnog vremena. Sport može kroz svoje sportske vrijednosti imati značajnu odgojnu ulogu. Istraživanja međutim naglašavaju kompleksnost gledišta sporta kao isključivo zaštitnog faktora (Lipowski, Lipowska, Jochime i Krokosz, 2016; O'Donnell i Barber, 2018). Dizajn programa tj. struktura samog programa i kakav će biti utjecaj odraslih ima odlučujuću ulogu u tome hoće li sport biti u negativnom ili pozitivnom utjecaju na djecu i mlade (Fraser-Thomas, Côté i Deakin, 2005). Iz toga zaključujemo koliko ja važan pedagoški orijentiran rad trenera. Prema Jurčiću (2014) pedagoška se kompetencija dijeli na osam dimenzija: osobna kompetencija, komunikacijska kompetencije, analitička kompetencije, socijalna kompetencije, emocionalna kompetencije, interkulturalna kompetencije, razvojna kompetencije, vještina u rješavanju problema.

Uvidom u literaturu proizašla je potreba za istraživanjem koji će uključivati prevenciju rizičnog ponašanja te sport kao slobodna aktivnost mnoge djece i mladih. Istraživanjem problema došlo se do zaključka kako je ovaj problem u maloj mjeri istražen, pogotovo na području Republike Hrvatske ili uže, Gradu Rijeci i okolici. Usmjerenost istraživanja na ispitivanje mišljenja trenera proizašla je iz spoznaje važnosti uloge trenera u životima djece i mladih (sportaša). Temeljni cilj istraživanja je dublje razumijevanje mišljenja trenera o ulozi sporta u prevenciji rizičnih ponašanja kod djece i mladih sportaša. To uključuje ispitivanje njihovih mišljenja trenera o ulozi sporta kod prevencije rizičnih ponašanja, ali i mišljenje o njihovim vlastitim kompetencijama koje su im potrebne za uključivanjem preventivnih metoda u svoju trenersku praksu. Temeljni cilj ovog istraživanja je ispitivanje mišljenja trenera o ulozi sporta i prevenciji rizičnih ponašanja kod djece i mladih (sportaša).

## 2. Definiranje i oblici rizičnog ponašanja

U definiranju i opisu rizičnih ponašanja, postoji raznolikost pristupa i terminologije koji su predloženi od strane različitih autora (Bašić, 2009; Zloković i Vrcelj, 2010; Pavićević, 2014; Sokač, 2014). Iz ovog diverziteta možemo zaključiti da se radi o kompleksnom fenomenu koji je podložan različitim interpretacijama i tumačenjima.

### 2.1. Definiranje pojma

Period mladosti prožet je raznim procesima koji su na više načina povezani s rizikom. Taj status rizičnosti u mladosti se tumači kao dinamičnost procesa koji su specifični za ovo razdoblje. Konstrukt rizika se može sagledati kroz tri dimenzije: stanje rizika ili rizičnu situaciju, rizična ponašanja- preuzimanje rizika i stvaranje rizika te percepcija rizika koja može biti sagledana individualno ili društveno (Pavićević, 2014). Bašić (2009) navodi neke oblike asocijalnih ponašanja: agresivna ponašanja, krađa, teški napadi, pušenje, zlouporaba alkohola i droga te rizična seksualna ponašanja. Prema Bašić (2009) su to ponašanja koja utječu na razvoj mladih, ali i njihovih obitelji i šire zajednice. Zloković i Vrcelj (2010) navode kako osim što rizična ponašanja djece i mladih utječu na osobe iz njihove sredine, obitelj, škola i šira okolina imaju utjecaj na razvoj različitih oblika rizičnih ponašanja kod djece i mladih tj. situacije i kontekst u kojima se djeca i mladi nalaze (nepovoljni utjecaj sredine, psihosocijalni stresori) mogu prouzrokovati razvoj „rizičnog životnog stila“ koji nije kao pojam precizno određen već je kompleksan. Zloković i Vrcelj (2010) su pregledom službenih podataka i izvješća iz različitih područja (zdravstvenog, socijalnog, obrazovnog, policijskog) došle do spoznaja o proširenju spektra rizičnog ponašanja. Spektar uključuje ponašanja poput politoksikomanije (višestruka ovisnost, ovisnost o dvije ili više droga); brzog opijanja „*binge drinking*“; „*hook up*“ kulturu (seksualni odnos sa većim brojem partnera bez obveza i emocija); brza i neodgovorna vožnja; dugotrajna noćna izbivanja i različita druga rizična ponašanja. Zbog kompleksnosti preciziranja rizičnih ponašanja postoji potreba za interdisciplinarnim i longitudinalnim pristupanjem ovom području u svrhu osposobljavanja djece i mladih da samostalno, ali i zajednički (zajedno sa osobama iz njihove sredine) prevladavaju „rizične izazove“ (Sokač, 2014).

Neovisno o navedenoj kompleksnosti definiranja i multidimenzionalnom pristupu gledišta na područje rizičnog ponašanja konsenzus stručnjaka postoji. Stručnjaci različitih područja se slažu da rizična ponašanja uključuju odstupanja od normi uobičajenog ponašanja

za određenu dob, spol, situaciju i okruženje te imaju za posljedicu određene štete i teškoće sebi, društvenoj skupini ili široj zajednici. Shodno tome rizično ponašanje oblikuje negativno obrazovno i radno postignuće te ukupno socijalno funkcioniranje djece i mladih (Livazović i Vranješ, 2012). S aspekta Nacionalne strategije prevencije poremećaja u ponašanju djece i mladih (NN 98/2009) vrlo je važno jasno definirati asocijalna ponašanja kako bi se unaprijedila prevencija i spriječio mogući razvoj poremećaja u ponašanju. Međutim, u Nacionalnoj strategiji također se navodi širina područja raspon u intenzitetu, trajanju, složenosti te širini i težini posljedica, što otežava jasno definiranje. Pojmovi koji se povezuju s ovim područjem su: odstupanje u ponašanju, aberantno, rizično, devijantno, disocijativno, poremećeno, neprihvatljivo, asocijalno, antisocijalno, kriminalno ponašanje, nedovoljna socijalna integracija, opozicijska ponašanja, poremećaji emocija i ponašanja i drugi. Treba napomenuti kako je Nacionalna strategija prevencije poremećaja u ponašanju djece i mladih (NN 98/2009) važan i strateški dokument Republike Hrvatske u kojemu su predstavljena načela, ciljevi, mjere i aktivnosti područja prevencije problema u ponašanju djece i mladih, ali do danas nije objavljena strategija za novije razdoblje.

## *2.2. Oblici rizičnih ponašanja*

Šentija Knežević, Kuculo, i Ajduković (2019) daju pregled nekih od najčešćih oblika rizičnih ponašanja kod mladih: vršnjačkog nasilja, konzumacije alkohola, konzumacije cigareta konzumacija marihuane. Naglašavaju kako se rizična ponašanja ne isključuju, već se rizična ponašanja često javljaju zajedno te imaju iste ili slične rizične faktore tzv. višestruka rizična ponašanja. Rizična ponašanja često dijele iste ili slične rizične faktore, kao što su nepovoljni obiteljski uvjeti, negativni vršnjački utjecaji, nedostatak podrške obitelji i vršnjaka, te prisutnost stresnih događaja. Ovi rizični faktori mogu povećati osjetljivost pojedinca na različite oblike rizičnih ponašanja (Bašić, 2009).

### *2.2.1. Vršnjačko nasilje*

Vršnjačko nasilje smatra se učestalim oblikom rizičnog ponašanja koji se pojavljuje kod mladih je vršnjačko nasilje. Svjedoci smo kako je ovaj oblik ponašanja danas široko zastupljen te stoga razni stručnjaci promatraju ovaj fenomen. Nasilje u školskom okruženju utječe na školsku klimu, pravo učenika na učenje, ali i na cjelokupni djetetov razvoj (Livazović i Vranješ, 2012). Šentija Knežević, Kuculo, i Ajduković (2019) prikazuju razna istraživanja čiji rezultati prikazuju postotke djece koja su nasilna prema vršnjacima ili koja su žrtve nasilja. Postoci u istraživanjima variraju, ali zastupljenost uvijek postoji. Nadalje,

zaključuju kako je vršnjačko nasilje kompleksan pojam. Vršnjačko nasilje se je sve do kraja 1960-ih i ranih 1970-ih godina smatralo sastavnim dijelom odrastanja i razvoja dok stručnjaci nisu svojim istraživanjima pokazali negativan utjecaj na cjelokupni razvoj djece (Sesar, 2011). Sesar (2011) smatra kako svaka definicija vršnjačkog nasilja treba uključivati: trajanje, negativne postupke i neravnopravan odnos snaga. Nadalje, dijeli vršnjačko nasilje na tjelesno i verbalno. Buljubašić Kuzmanović, Milašin i Vranić (2009) nadodaju još i relacijsko (ogovaranje, isključivanje iz grupe), seksualno, ekonomsko i kulturalno nasilje (vrijeđanje na nacionalnoj, religijskoj ili drugoj zabranjenoj osnovi). U suvremenom svijetu sve je češći oblik vršnjačkog nasilja koji se odvija posredstvom elektroničkih medija. Elektroničko nasilje ima slične karakteristike kao i „tradicionalni“ oblici nasilja (namjera, trajanje, šteta, neravnoteža moći), ali ima i svoje specifičnosti (anonimnost, masovnost publike, neograničeni vremenski period) (Strabić i Tokić Milaković, 2016). Provedeno je istraživanje (Vejmelka, Strabić i Jazvo, 2017) s kojim su se ispitali odnosi između sudjelovanja u raznim online aktivnostima i rizičnih ponašanja na internetu. Istraživanjem se obuhvatilo 352 učenika 9 nasumičnih srednjih škola u Republici Hrvatskoj. Rezultati pokazuju kako 50,7 % učenika sudjeluje u raznim oblicima elektroničkog nasilja. Nadalje, rezultati pokazuju povezanost stupnja ovisnosti o internetu i sudjelovanja u elektroničkom nasilju (neovisno doživljavaju li ili čine nasilje).

Vejmelka, Strabić i Jazvo (2017) napominju kako je nemoguće izbaciti internet iz svakodnevnice života mladih, ali je mogući način prevencije poticanje kvalitetnijeg načina provođenja slobodnog vremena izvan virtualnog svijeta te poticanje odgovorne upotrebe moderne tehnologija uz izbor pozitivnih medijskih sadržaja. Odrasle osobe u okolini mladih (roditelji, stručnjaci) bi prema Vejmelka, Strabić i Jazvo (2017) trebali biti informatički pismeni kako bi znali pružiti adekvatnu pomoć i podršku mladima.

Suzbijanje bilo kojeg oblika nasilja među mladima predstavlja prioritet u domeni javnih politika, s obzirom na njegovu sveprisutnost, ozbiljne posljedice i financijski teret koji nosi za društvo. Unutar tog okvira, razvijene su različite usluge s ciljem prevencije ili umanjivanja nasilja među mladima. No, ključna determinatna faktora njihove uspješnosti leži u aktivnom i organiziranom sudjelovanju mladih u tim inicijativama (Axford, Tredinnick-Rowe, Rybcyznska-Bunt, Burns, Green i Thompson, 2023).

### 2.2.2. Konzumacija alkohola

Društvo konzumaciju alkohola prihvaća kao socijalno prihvatljivo eksperimentiranje, ali konzumacija alkohola može biti prva stepenica u razvoju rizičnih ponašanja. U Republici Hrvatskoj je 2022 obilježeno 650 slučajeva kršenja zakona u vezi prodaje alkoholnih pića, ostalih pića i napitaka s alkoholom te duhanskih proizvoda, elektroničkih cigareta, spremnika za višekratno punjenje i jednokratnih uložaka maloljetnicima mlađim od 18 godina (NN 18/2023). Postoje i marketinški trikovi koji su usmjereni na mladu populaciju tzv. alcopops proizvodi, tj. slatkasta, šarena alkoholna pića dopadljivih naziva (Bulajić, 2016). Oglašavanje nije jedini čimbenik koji utječe na broj mladih koji konzumiraju alkohol. Neki autori se slažu da glavnu ulogu ima okolina (Nikčević- Milković, i Rupčić, 2014; Sokač, 2014; Šentija Knežević, Kuculo, i Ajduković, 2019 i dr.).

ESPAD istraživanje (*European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs*) je međunarodno istraživanje koje se provodi u Europi kako bi se analizirala uporaba alkohola i drugih droga među učenicima školske dobi. Cilj istraživanja je pružiti informacije o navikama, stavovima i iskustvima mladih u vezi s konzumacijom alkohola, drogama i drugim sličnim rizičnim ponašanjima. ESPAD istraživanje provodi se u pravilnim razmacima (obično svake četiri godine) u brojnim zemljama diljem Europe. Rezultati ovog istraživanja omogućuju analizu trendova u uporabi alkohola i droga među školskom populacijom te pružaju važne informacije koje pomažu u oblikovanju politika i programa usmjerenih na prevenciju štetnih ponašanja među mladima. Najnoviji ESPAD Izvještaj sadrži informacije o iskustvima učenika i njihovim percepcijama o raznim sredstvima ovisnosti, uključujući: duhan, alkohol, ilegalna sredstva ovisnosti (ilegalne droge), inhalante, lijekove i nove psihoaktivne droge (ESPAD, 2019). Konzumacija alkohola i dalje je trend kod mladih u Europi, uz prosječno više od tri četvrtine (79 %) učenika koji su pili alkohol u životu te uz gotovo polovicu (47 %) njih koji su ga pili u posljednjih mjesec dana. Nadalje, rezultati pokazuju određen lagani pad, s razinama koje su sada niže nego 2003. kada su oba pokazatelja dosegla svoj vrhunac uz 91 % odnosno 63 %. U istraživanju koje je provedeno na 7,745 mladih Kanađana u dobi od 16–25 Chaiton, Dubray, Kundu, i Schwartz (2022) su došli do rezultata kako su osobe koje su prethodno konzumirale različite supstance povećale uporabu jedne ili više tvari tokom pandemije COVID-19, ali ovaj trend i dalje ostaje prisutan te u porastu.

### 2.2.3. Konzumacija cigareta

U izvješću ESPAD (2019) navode se pozitivne promjene u postotku upotrebe duhana među tinejdžerima. ESPAD prosjeci tinejdžerskog pušenja cigareta pali su za životno korištenje (sa 68 % na 42 %); trenutno pušenje (s 33 % na 20 %) te za svakodnevno pušenje (s 20 % na 10 %). Duvnjak i Lenkić (2018) proveli su istraživanje na uzorku od 143 muškaraca (58 %) i žena (42,0 %) s prosječnom dobi mladih od 18 godina (17,9 %). Rezultati istraživanja su pokazali kako mladi počinju konzumirati cigareta u prosjeku s 14,7 godina te je presudni čimbenik početka konzumacije vršnjačka skupina s kojom se mlada osoba druži. Konzumacija cigareta danas ne uključuje samo konzumaciju duhana. Podaci ESPAD (2019) izvješća otkrivaju novi trend u pušenju tzv. e-cigareta. Životna prevalencija tj. proporcija ispitanih tinejdžera u uzorku koji su naveli da su barem jednom u životu koristili e-cigaretu je 40 %. Njih 14 % su upotrijebili e- cigaretu u posljednjih mjesec dana. Ovaj trend vidljiv je kod onih koji nikad nisu pušili (cigarete s duhanom) te upravo ta skupina pokazuje veće udjele ovog ponašanja od povremenih pušača i redovitih pušača. U izvješću istraživanja ESPAD (2019) se nije dao prikaz koje e- cigarete su u pitanju te s kojim sastavom. Svjetska zdravstvena organizacija (WHO) izdala je priopćenje (2016) koje se odnosi na konzumaciju e- cigareta. E- cigarete dio su grupe sustava elektroničke dostave nikotina (engl. Electronic Nicotine Delivery Systems, ENDS. WHO (2016) navodi kako ne postoji još dovoljno istraživanja koja se odnose na utjecaj e- cigareta na ljudsko tijelo, ali postoje istraživanja koja prikazuju stanje na tržištu. Hrvatski zavod za javno zdravstvo (2017) istraživao je tržište e-cigareta na području Republike Hrvatske. Rezultati su pokazali kako je u tri uzorka pronađeno olovo u koncentraciji višoj od 0,01 %, što je maksimalna dopuštena vrijednost prema Uredbi komisije Europske Unije. Rezultati su pokazali kako 50 % uzoraka ima viši sadržaj nikotina od maksimalno dopuštene vrijednosti od 20 mg/m. Iz toga razloga potrebna su daljnja istraživanja s obzirom na potencijalne javnozdravstvene posljedice korištenja određenih e-cigareta. U skladu s politikom smanjenja potrošnje duhanskih proizvoda u Europskoj uniji, Republika Hrvatska je tijekom proteklih godina poduzela niz mjera s ciljem ograničavanja i redukcije konzumacije duhanskih proizvoda. Ove mjere su usmjerene prema smanjenju broja pušača, posebno među mladima koji bilježe kontinuirani porast (NN 18/2023). Nadalje, Republika Hrvatska je usvojila politiku kontrole duhana koja obuhvaća cjenovne regulacije, uključujući cijene i trošarine, kao i različite zakonske mjere. Zakonom koji regulira uporabu duhanskih i srodnih proizvoda, temeljito je uređeno tržište ovih proizvoda. Istovremeno, prodaja duhanskih i srodnih proizvoda maloljetnicima, osoba mlađim od 18 godina, strogo je



zabranjena. Također, ograničena je uporaba duhanskih proizvoda za pušenje, a svaka jedinična ambalaža obvezno sadržava zdravstvena upozorenja.

#### *2.2.4. Konzumacija marihuane*

Konzumacija marihuane je prema ESPAD (2019) rezultatima među najčešće korištenom ilegalnom drogom među učenicima. Korištenje ilegalnih droga je u padu, ali postoji zabrinutost u visokorizičnom korištenju marihuane kod mladih. Prema rezultatima je prosječno 16 % učenika izjavilo kako je koristilo marihuanu barem jednom u životu. Mladi u Republici Hrvatskoj su iznad ovoga prosjeka; 21% njih je barem jednom probalo marihuanu u životu (ESPAD, 2019). Šentija Knežević, Kuculo i Ajduković (2019) napominju kako postoje razna istraživanja o konzumaciji marihuane koja donose različite rezultate te zaključuju kako se to može prepisati metodološkim razlikama samih istraživanja. Iz tog razloga je potrebno što više istraživati ovaj fenomen konzumacije marihuane kod mladih. Ispitivanje visokorizičnog korištenja marihuane se po prvi puta 2019. ispitalo u svim zemljama koje su sudjelovale u ESPAD (2019) istraživanju te se je otkrilo da u prosjeku 4 % učenika ulazi u kategoriju visokorizične konzumacije. S toga je u zaključku istraživanja naglasak na razumijevanju i praćenju fenomena konzumacije marihuane kod mladih kako bi se kvalitetno utvrdio i razvoj potrebnih preventivnih mjera. Novija istraživanja potvrđuju raširenost konzumacije marihuane u društvu. Marihuana je prema izvještaju UNODC-a (2020) najčešće konzumirana droga, procjenjuje se kako ju konzumira oko 209 milijuna ljudi od toga 35 % mladih. Posljedice ilegalne konzumacije droga su ozbiljne, kako za pojedince tako i za javno zdravlje. Zloupotreba droga među mladima predstavlja značajan faktor rizika za kasnije probleme s mentalnim zdravljem, uključujući suicidalne misli, povećanu vjerojatnost za daljnju konzumaciju ilegalnih supstanci te narušenu percepciju vlastitog zdravlja i kvalitete života (UNODC, 2020).

#### *2.2.5. Ostala rizična ponašanja*

Kao što je već navedeno rizična ponašanja ne možemo ograničiti zbog kompleksnosti preciziranja rizičnih ponašanja. Iz tog razloga predstavljena su još dva oblika rizičnih ponašanja koja se najčešće pojavljuju u stručnim literaturama o rizičnim ponašanjima mladih, a to su: seksualno rizično ponašanje i kockanje.

Jedno od rizičnih ponašanja s kojim se mladi često susreću je seksualno rizično ponašanje. Seksualno rizično ponašanje uključuje neželjene trudnoće, razvijanje spolno prenosivih bolesti, ne korištenje kontracepcije, rano ulaženje u spolne odnose, često

mijenjanje spolnih partner... (Huterer i Nagy, 2019). Huterer i Nagy (2019) navode kako seksualno ponašanje mladih nije samo pod utjecajem individualnih intenzivnih promjena već veliku ulogu imaju i obitelj, vršnjaci, škola i masovni mediji. Nadalje, veliki je utjecaj i opojnih sredstva na rizično seksualno ponašanje. Najčešće opojno sredstvo povezano s rizičnim seksualnim ponašanjem je alkohol zbog najveće dostupnosti. Istraživanje Handebo, Kebede, Morankar (2018) koje je provedeno s 635 srednjoškolaca iz Etiopije potvrđuje kako je značajan broj mladih uključen u rizične seksualne aktivnosti poput višestrukog mijenjanja seksualnih partner i stupanje u nezaštićene seksualne odnose. Rezultati pokazuju kako su mladi koji imaju visoku obiteljsku, vjersku, školsku i ukupno opću društvenu povezanost u većoj korelaciji s većom upotrebom kondoma, smanjenim brojem seksualnih partnera i općenito smanjenom pojavom rizičnim ponašanjem. Međutim, visoka povezanost s vršnjacima i društvenim mrežama povezana je s povećanim brojem seksualnih partnera. Gdje se opet naglašava utjecaj vršnjaka u pojavi rizičnih ponašanja.

Kockanje je također jedno od rizičnih ponašanja koje se pojavljuje kod mladih. U današnje vrijeme kockanje je doseglo visoku razinu normalizacije u društvu, ali i u obiteljskom okruženju (ESPAD, 2019). Razina normalizacije prepoznata je kao pokretač započinjanja s kockanjem kod mladih. ESPAD (2019) rezultati pokazuju kako je 22 % ispitanika izjavilo da se u posljednjih 12 mjeseci kockali na barem jednu igru (pretežito lutrija). U istom razdoblju 7.9 % učenika kockalo za novac na internetu. Razvijanje tehnologije olakšava stvaranje ovisnosti o kocki. Nadalje, Oko 60 % učenika izjavilo je da je u posljednjih mjesec dana igralo digitalne igre tijekom tipičnog radnog dana (69 % tijekom vikenda). U Republici Hrvatskoj, nedostaje sustavno praćenje incidencije poremećaja povezanih s igranjem igara na sreću (NN 18/2023). Naglasak treba biti na razvoj preventivnih modela koji temelje svoju učinkovitost na dugoročnoj analizi. Ujedno, programi implementirani u obrazovnim i upravljačkim strukturama ne trebaju zahtijevati nužno skupi ili teško dostupni materijali. Ono što im je ključno potrebno jesu stručnjaci koji su sposobni prenijeti suštinske uzroke problema s kojim se mladi suočavaju. Osim toga, bitno je usmjeriti se prema realizaciji autentičnih preventivnih programa, ciljanih na stvarne subjekte s potencijalnom sklonosti prema ovisnostima, koristeći tehnike i ciljeve prilagođene njihovim specifičnim individualnim potrebama. Ovi programi bi trebali biti utemeljeni na provjerenim dokazima, a ne samo na ustaljenim normama ili pretpostavkama (Giménez Lozano i Morales Rodríguez, 2022).

### 2.2.6. *Višestruko rizično ponašanje*

Rizična ponašanja nisu izolirana ponašanja. Kod mladih će se rijetko javiti samo jedan oblik rizičnih ponašanja. Stoga je bitno kod promatranja rizičnih ponašanja i kod planiranja preventivnih programa usmjeriti se ne samo na jedan oblik rizičnog ponašanja. Rizična ponašanja koja se pojavljuju zajedno imaju iste ili slične rizične faktore (Šentija Knežević, Kuculo i Ajduković, 2019). Do slične spoznaje došli su i istraživači Hale i Viner (2016) koji su ispitivali povezanost između rizičnih ponašanja tijekom adolescencije te su pokušali identificirati zajedničke čimbenike rizika za višestruko rizično ponašanje u kasnoj adolescenciji. U ovom longitudinalnom istraživanju sudjelovalo je 15.588 mladih iz Engleske. Rezultati pokazuju kako postoji povezanost između mladih koji su pokazivali znakove uključenosti u višestruka rizična ponašanja u ranoj adolescenciji (14 godina) i višestrukim rizičnim ponašanjem u kasnijoj adolescenciji (19 godina). Mladi koji su u ranijoj adolescenciji preuzimali samo jedan oblik rizičnog ponašanja, kasnije su u manjoj mjeri razvili druga ili višestruka rizična ponašanja. Iz ovih rezultata Hale i Viner (2016) su zaključili kolika je važnost rane intervencije povezane s višestrukim rizičnim ponašanjima, ali su napomenuli kako usmjerenost na čimbenike rizika za pojedinačne rizike ponašanja također mogu imati implikacije na druga rizična ponašanja i višestruka rizična ponašanja. Višestruka rizična ponašanja zahtijevaju holistički pristup u prevenciji i intervenciji. Identifikacija i adresiranje zajedničkih rizičnih faktora ključno je za učinkovito suočavanje s višestrukim rizičnim ponašanjima i promicanje zdravijeg i sigurnijeg ponašanja kod pojedinaca.

### 3. Rizični i zaštitni čimbenici

U definiranju rizičnih i zaštitnih čimbenika autori se slažu kako su zaštitni čimbenici ti koji smanjuju šanse u razvijanju rizičnih ponašanja, a rizični čimbenici povećavaju vjerojatnost razvijanja rizičnih ponašanja (Bašić, 2009; Huterer i Nagy, 2019; Pavićević, 2014; Rosario de Guzman, 2014;). Bašić (2009) upotpunjuje definiranje rizičnih čimbenika kao opasnosti koje se ogledaju u destruktivnim odnosima, osjećaju beskorisnosti, neodgovornosti te gubitku svrhe prema budućnosti mlade osobe, zaštitne čimbenike kao one koji smanjuju šanse u razvijanju poremećaja u ponašanju. Rizični i zaštitni čimbenici sastavni su dio individualnih karakteristika, obiteljskog života, škole, zajednice i vršnjačkih odnosa (Pavićević, 2014).

Rizični čimbenici nose opasnost od budućih negativnih ishoda tj. pojave rizičnih ponašanja (Pavićević, 2014). Zloković i Vrcelj (2010) ispitale su percepciju 196 nastavnika i odgajatelja o aktualnim pedagoškim problemima, rizične oblike ponašanja, njihovu incidenciju te intenzitet. Ispitanici su naveli razne probleme koji mogu biti uzrok rizičnog ponašanja kod mladih: toleriranje društva rizičnih i nemoralnih ponašanja; izostanak svakodnevne primjerene brige roditelja o djeci; izostanak pozitivne komunikacije među vršnjacima kao i marginaliziranje odgojne uloge škole od strane gotovo svih socijalnih razina. Također su naveli kako izostaje suradnja s roditeljima što također može dovesti do razvoja rizičnih ponašanja. Rosario de Guzman (2014) ističe slične rizične čimbenike koji utječu na ponašanje mladih. Podijelila ih je na tri razine: individualnu, obiteljsku, i izvan obiteljsku. Na individualno razini to su: nisko samopoštovanje, druženje s vršnjačkom skupinom koja već ima razvijena rizična ponašanja, niska razina uspjeha u obrazovanju i sl. Obiteljska razina faktora uključuje: siromašnu komunikaciju između roditelja i djeteta, nedostatak podrške obitelji, rizično ponašanje koje se pojavljuje u obitelji i sl. Izvan obiteljski faktori su: negativna školska klima, siromaštvo (zajednice) i slično. Lichner, Petriková i Žiaková (2021) istraživali su individualne čimbenik, točnije povezanost između samopoštovanja, brige o sebi i rizičnog ponašanja. Rezultati pokazuju kako postoji povezanost između povećane razine samopoštovanja i brige o sebi te sa smanjenom pojavom rizičnih ponašanja i postupaka kod adolescenata. Nadalje, povezuju varijable samopoštovanja i brige o sebi adolescenata s odnosima (roditelji, škola, vršnjaci). Zaključuju kako odnosi imaju veliki utjecaj na ponašanje i postupke adolescenata, a to se odražava na cjelokupni element brige o sebi i samopoštovanje te na razvijanje ili smanjenje rizičnog ponašanja.

Pavićević (2014) naglašava kako sagledavanje čimbenika rizičnog ponašanja nije crno- bijela situacija, već kompleksan fenomen. Rizični čimbenici ne mogu bit stopostotno isključeni iz života mlade osobe. Mlada osoba može imati povoljne životne okolnosti (uspješno obrazovanje, kvalitetni odnos u obitelji, ekonomsku stabilnost itd.), ali bez obzira na zaštitne čimbenike određene situacije tj. stresori mogu sa sobom nositi rizik od pojave rizičnih ponašanja (bolesti, smrt bliske osobe ili druge stresne situacije za mlade). Nadalje, Huterer i Nagy (2019) govore o konzumaciji sredstava ovisnosti kao rizični čimbenik i direktnoj vezi sa ostalim čimbenicima. Zaključuju kako su u najvećoj vezi s utjecajem obitelji i vršnjaka. S druge strane, Pavićević (2014) promišlja o teoriji i praksi rizičnih čimbenika tj. o postojećoj „patologizaciji siromaštva“. Ona smatra kako postoje razni stereotipi i smanjena očekivanja kroz koja se promatraju mlade osobe koje imaju veći stupanj zastupljenosti rizičnih čimbenika. Mladima iz visokog rizičnog okruženja se tako osporavaju mogućnosti i priznavanje njihovih individualnih kapaciteta.

Djeca i mladi veliki dio svojeg vremena provode u školi te stoga je ona ključna u odgoju. Kroz školu djeluju osobe koje rade s učenicima (učitelji, profesori) te su oni ti koji učenicima pomažu u stvaranju ličnosti. „Za sve koji se bave odgojem mogao bi vrijediti zahtjev brige o vlastitoj sreći i kvaliteti života, jer samo sretni i zadovoljni ljudi mogu biti dobri odgajatelji.“ (Livazović i Vranješ 2012, str. 60). Livazović i Vranješ (2012) govore o odgajateljima (osobama koje se bave odgojem) kao mogućim zaštitnim čimbenicima. Odgajatelji postaju zaštitnički čimbenici ako svoj rad temelje na osmišljenom djelovanju u svrhu socijalizacije, usvajanja pozitivnih stavova, općih moralnih i demokratskih vrijednosti, ali iz perspektive različitih pedagoških orijentacija ovisno o odgajateljevom pogledu na svijet.

### *3.1. Prevenција rizičnog ponašanja*

Sokač (2014) navodi kako je poboljšanje kvalitete života mladih, poboljšanje edukacijskih programa primarne prevencije rizičnih ponašanja usmjerenih prema djeci i mladima, ali i roditeljima, nastavnicima i odgajateljima te organiziranje učinkovitog sustava za rano prepoznavanje simptoma i otkrivanje rizičnih ponašanja jedan od glavnih suvremenih zahtjeva. Važnost prevencije kod mladih možemo pronaći i u neuroznanstvenim istraživanjima. Hormonalne promjene koje se događaju za vrijeme adolescencije imaju utjecaj na kogniciju i socijalno učenje. Iz tog razloga vrlo je bitno da se u tom krucijalnom razdoblju sagledavaju znanstveno utemeljene intervencije (Novak, Ferić, Kranželić i Mihić, 2019). Shvaćanje uzroka pojave rizičnih ponašanja, poboljšanje kvalitete života mladih i programa

primarne prevencije počiva na cjelovitom shvaćanju čovjeka prema Mahmutović (2015). Takvo shvaćanje je kompleksno te zahtjeva dugoročnu analizu i kontinuirane postupke kako bi se spriječio razvoj rizičnog ponašanja. Prilikom promišljanja o prevenciji početni korak je definirati koji su prioriteti djelovanja, odnosno izdvajanje najzastupljenijih rizičnih čimbenika i najmanje zastupljenih zaštitnih čimbenika. Proces se nastavlja planiranjem konkretnih preventivnih aktivnosti, postavljanjem ciljeva, definiranjem odgovornih za provedbu aktivnosti i planiranje načina praćenja i evaluacije. Cijeli proces treba biti znanstveno utemeljen te se treba voditi računa o stvarnim potrebama i dostupnim resursima za operacionalizaciju (Nikčević- Milković i Rupčić, 2014). Metodologija procesa prevencije rizičnih ponašanja kroz analiziranu literaturu je ista. Programi se razlikuju u definiranim prioritetnim potrebama te različitim rješenjima u operacionalizaciji procesa prevencije. Bitno je rješenja sagledati sa svih strana te osim što je potrebno osnažiti pojedinca da se uspije nositi sa izazovima, isto tako je potrebno kreirati odgovorna, organizirana i podržavajuća okruženja (Novak, Ferić, Kranželić i Mihić, 2019). Autori poput Steinberga (2007) su došli do zaključka kako će programi usmjereni na prevenciju kroz okolinske strategije poput regulacije zakonskih normi, tržišta i drugih okruženja biti uspješniji u uklanjanju rizičnih ponašanja, nego što su to individualne intervencije koje su usmjerene na pojedinca.

Livazović i Vranješ (2012) pregledom dosadašnjih istraživanja došli su do prijedloga za provedbu kvalitetne pedagoške prevencija rizičnih ponašanja u školama. Prijedlog se temelji na potrebi za razvijanje pedagoških kompetentnosti nastavnika kroz kontinuirana profesionalna usavršavanja jer oni mogu biti zaštitni čimbenik kao što je navedeno ranije. Osim toga, smatraju da vrlo bitnu ulogu u prevenciji imaju materijalni uvjeti u školama poput broja učenika, razreda, veličine školskih prostora i sl. Kako bi se prevencija pozitivno ostvarila, autori ukazuju na važnost praćenja procesa prevencije kroz jasno definiranje, klasifikaciju, kontinuirano evidentiranje i praćenje te dokumentiranje ključnih obilježja fenomena.

Preventivni programi mogu se sagledavati i temeljiti ne samo na okolinskim čimbenicima već i na socijalno emocionalnim. Steinberg (2007) pristupa području rizičnih ponašanja kao neuroznanstvenik te navodi kako su rizična ponašanja rezultat sukoba između kognitivne i socijalno emocionalne kontrole pojedinca. Taj sukob sudjeluje u donošenju odluka, a za mlade u razdoblju adolescencije karakteristična je psihosocijalna (ne)zrelost i uvjetovanost odluka zbog vršnjaka. Neki od unutarnjih čimbenika usmjeravaju se na međupovezanost samopoštovanja i brige o sebi (Lichner, Petriková i Žiaková 2021). Hoyt,

Chase- Lansdale, McDade i Adam (2012) su proveli longitudinalno istraživanje povezanosti dobrobiti u adolescenciji te razvoju pojave rizičnih ponašanja i zdravstvenih ishoda u ranijoj odrasloj dobi (n = 10,147 ). Rezultati su prikazali kako su pozitivna dobrobit tijekom adolescentnog razdoblja pokazatelj kasnijeg boljeg općeg zdravlja i pojave manje rizičnih ponašanja tijekom ranije odrasle dobi. Nadalje, upozoravaju da postoji tendencija istraživanja i programa prevencija koji su usmjereni na direktno uklanjanje rizičnih ponašanja. Novije inicijative stavljaju fokus na intervencije usmjerene na pozitivni razvoj adolescenata. Hoyt, Chase- Lansdale, McDade i Adam (2012) zaključuju kako razvoj, promocija i usredotočenost na pozitivnu dobrobit i pozitivne elemente u obitelji, školama i vanjskim aktivnostima u adolescenciji mogu donijeti dugoročno zdraviju osobu koja se ne upušta u rizična ponašanja te bi iz tog razloga prevencija trebala biti usmjerena na jačanje pozitivne dobrobiti.

Ključnu ulogu u ostvarivanju preventivnog potencijala te u osnaživanju pojedinca mogu imati strukturirane aktivnosti slobodnog vremena. Takve aktivnosti podrazumijevaju uključivanje u sportske klubove koji su vođeni pod stručnim nadzorom kvalificirane osobe koja posjeduje znanja i vještine adekvatnog organiziranja slobodnog vremena u službi prevencije rizičnih ponašanja (Matijašević i Maglica, 2022).

### *3.2.Slobodno vrijeme djece i mladih kao mogući zaštitni čimbenik*

Slobodno vrijeme je prema Mlinarević i Gajger (2010) danas postao fenomen koji je globaliziran i koji je predstavljen kao odabiranje što više različitih aktivnosti s „ polica“ koje su marketinški predstavljene. O samim vrijednostima i kvaliteti slobodnog vremena malo tko danas priča. Mladi su danas zbog toga sve manje organizatori svojeg slobodnog vremena, a sve više konzumenti te tako postaju pasivni, što ne ide u korist pozitivnom razvoju ličnosti (Mlinarević i Gajger, 2010). Kako se razvijala industrija i tehnologija, slobodno vrijeme se prebacuje u virtualni svijet te glavne aktivnosti slobodnog vremena postaju gledanje televizije, slušanje muzike i rad na računalo. Mladi na taj način doživljavaju svoju stvarnost kroz virtualni svijet što ima negativne posljedice na mentalno zdravlje. Ostale aktivnosti slobodnog vremena mladih također su mišićno pasivne kao na primjer druženje s prijateljima u kafićima ili kod kuće (Badrić i Prskalo, 2011). Višak slobodnog vremena može mlade odvesti u emocionalno stanje dosade koje karakteriziraju neugodni osjećaji, nedostatak motivacije i niska fiziološka uzbuđenost u kojoj se razina stimulacije percipira kao nezadovoljavajuće niska (Biolcati, Mancini i Trombini, 2018). Zbog svoje raširenosti među mladima Biolcati, Mancini i Trombini (2018) istraživali su sklonost dosadi, zamišljenu kao

osobinu ličnosti, u slobodno vrijeme mladih te njezinu uključenost u rizična ponašanja (prekomjerno pijenje, ovisnost o internetu) što može predstavljati potragu za dodatnim podražajima. U istraživanju je sudjelovalo 278 talijanskih adolescenata u dobi između 14 i 19 godina. Djevojčice i dječaci s visokom sklonošću dosadi više su koristili tehnologiju, manje su se bavili hobijima i aktivnostima poput sporta, češće su konzumirali žestoka pića i prekomjerno su pili te su bili izloženiji riziku od ovisnosti o internetu od adolescenata koji su procijenili nisku razinu dosade u svojim životima.

Slobodno vrijeme za djecu i mlade može predstavljati vrijeme izvan škole te je ono pedagoški određeno. Pedagoški je određeno u smislu funkcionalnog utjecaja na učenje i organizacija učenja, ali i kao polje odgojnog djelovanja. Organizacija slobodnog vremena je bitna stavka jer pomaže djeci i mladima u kvaliteti provođenja svojeg slobodnog vremena. Iz toga je razloga bitno osvijestiti slobodno vrijeme kao preventivni čimbenik razvoja rizičnih ponašanja. Okolina mladih bi trebala imati ulogu pozitivnom konstruiranju slobodnog vremena djece i mladih koji se temelji na razvoju potencijala te jačanju samopoštovanja i pozitivne slike o sebi (Livazović i Vranješ, 2012). Jeđud i Novak (2006) također navode slobodno vrijeme kao značajno područje koje može pomoći u ranoj prevenciji rizičnih ponašanja. One definiraju slobodno vrijeme kao prostor koji omogućava zadovoljavanje različitih potreba (igre, zabave, stvaranje odnosa, novih znanja i sl). U njihovom kvalitativnom istraživanju sudjelovalo je dvadesetero djece i mladih s poremećajima u ponašanju u dobi od 12 do 17 godina. Rezultati pokazuju kako sudionici pokazuju u slobodno vrijeme rizična ponašanja te stoga slobodno vrijeme može biti rizični čimbenik. Jeđud i Novak (2006) napominju kako je upravo zato potrebna adekvatna organizacija slobodnog vremena i pružanje djeci i mladima mogućnosti kvalitetnog provođenja slobodnog vremena. Na taj način slobodno vrijeme postaje zaštitni i preventivni čimbenik.

Valjan Vukić (2013) napominje kako je odmor u slobodno vrijeme vrlo bitna stavka, ali odmor i razonoda također trebaju imati svoj smisao i organiziranost ako želimo da budu razvojno usmjereni. Nadalje, količina vremena s kojim raspoložemo nije ključna u sagledavanju kvalitete. Odluku o tome kako ćemo provoditi svoje slobodno vrijeme treba prepustiti pojedincu. Ako pokušamo djeci i mladima uvjetovati aktivnosti slobodnog vremena može doći do otpora u provođenju. S toga je najbolje odluku prepustiti pojedincu, ali okolina može pomoći u sagledavanja interesa i potreba (Pletenac i Breslauer, 2018).



#### 4. Sport u prevenciji rizičnih ponašanja

Sportske aktivnosti su primjer organiziranog slobodnog vremena koji potiče razvoj pojedinačnog karaktera, ali isto tako pruža pojedincima alate koji su potrebni za participaciju u društvu. Na taj način sport služi za razvoj individue, ali i za razvoj pozitivne zajednice. Ovakav proces razvoja karaktera ne samo da formira individue sa stabilnim moralnim osnovama, već ih i osposobljava da budu pokretači pozitivnih društvenih transformacija kroz svoj doprinos kao etički osviješteni građani (Zarrett, Vandell, i Simpkins, 2021). McCabe, Modecki i Barber (2016) su došli do zaključka kako sudjelovanje u organiziranim aktivnostima poput sporta smanjuje rizik od upotrebe štetnih tvari. Ovi rezultati ukazuju na mogućnost postojanja specifičnih prednosti koje proizlaze iz angažmana u takvim organiziranim aktivnostima, a koje pružaju zaštitu od potencijalno rizičnog ponašanja vezanog za konzumaciju štetnih tvari (McCabe, Modecki, i Barber, 2016).

##### *4.1. Definiranje pojma sport*

„Sport je sociobiološka pojava u kojoj su različite tjelesne sposobnosti dobile prigodu na osnovi ustanovljenih pravila natjecanjem izraziti silu i brzinu uz ovladavanje tehnikom ili upravljajući njome prema izvedbenim zahtjevima stanovitoga sporta.“ (Mataja, 2003, str. 32). Prikazana je osnovna definicija sporta prema Mataji (2003). Ova definicija ne obuhvaća širinu uloge sporta. Pletenac i Breslauer (2018) navode kako sport možemo promatrati iz perspektive profesionalizma ili kao rekreacija. Oni nadilaze kineziološkoj definiciji sporta te sagledavaju sport kao aktivnost koja povezuje ljude, povezuje lokalne i međunarodne razine, pospješuje sveobuhvatni razvoj čovjeka te postaje sastavni dio suvremenog života pojedinca. Pojam sporta izjednačavaju s načinom života. Stručnjaci stoga sport sagledavaju kao sveobuhvatni razvoj koji uključuje tjelesnu, socijalnu, emocionalnu i društvenu komponentu (Badrić i Prskalo, 2011; Pletenac i Breslauer, 2018).

Sveobuhvatni razvoj i poticanje pozitivnih iskustava mladih uvjetovano je s višestrukim čimbenicima kao na primjer, usklađivanje spremnosti sa zahtjevima sporta, pozitivno ponašanje trenera i roditelja, realno postavljanje ciljeva i odgovarajuće metode za smanjenje i upravljanje ozljedama (Merkel, 2013). Merkel (2013) je podijelio utjecaj sporta na mlade u tri kategorije: fizički, psihološki i socijalni. U Tablici 1. prikazani su pozitivni i negativni utjecaji sporta na mlade sportaše prema Merkel (2013).

Tablica 1. Utjecaj sporta na mlade sportaše (Merkel, 2013, str. 157)

<b>Pozitivni</b>	<b>Negativni</b>
<b>Fizički</b>	<b>Fizički</b>
Povećana fizička aktivnost Poboljšana kondicija Doživotne fizičke, emocionalne i zdravstvene koristi Smanjeni rizik od pretilosti Minimalizira razvoj kronične bolesti Poboljšava zdravlje Poboljšava motoričke vještine	Povrede Needucirani treneri Nedosljedne mjere opreza Nedostatak sportskih znanosti koje utječu na politiku i praksu
<b>Psihološki</b>	<b>Psihološki</b>
Smanjuje depresiju Smanjuje suicidalne misli Smanjuje rizična ponašanja koja utiču na zdravlje Povećava pozitivno ponašanje kod adolescenata Razvija osnovne motoričke vještine Poboljšava koncept samospoznaje/ samo-vrijednost	Povećava stres da budete elitni igrač Visoka stopa istrošenosti Previše konkurentno Neprimjerena očekivanja za dobivanje stipendija / postizanja profesionalne karijere
<b>Socijalni</b>	<b>Socijalni</b>
Poboljšava socijalne vještine Poboljšava životne lekcije Poboljšava pozitivno socijalno ponašanje Poboljšava vještine upravljanja vremenom Poboljšava školska postignuća Pomaže u razvijanju strasti i postavljanja ciljeva Poboljšava karakter	Nedosljedno financiranje za osiguranje odgovarajuće opreme, mjesta i ravnopravnog učešća Rashodi Nejednakost u grupama (socioekonomska, etnička, geografska, spolna)

#### 4.2. Sport i slobodno vrijeme

Pasivnost u provođenju slobodnog vremena kod mladih ističe i Krželj (2009). Posljedice pasivnosti se prema njemu vide svugdje pa tako i u sportu. Tjelesna aktivnost je ljudska potreba koja pomaže u normalnom funkcioniranju čovjeka, a današnji sedentarni stil života povećava rizik na zdravlje. Sportski programi koji se nude trebali bi biti konkurentni

pasivnim načinima provođenja slobodnog vremena te tako zapravo zainteresirati djecu da zavole sport (Škovran, Cigrovski, Čuljak, Bon, i Očić, 2020). Djeca i mladi u svoje slobodno vrijeme se bave aktivnostima koja nisu poticajna za kvalitetan razvoj mišićno- skeletnog aparata. Nisu u stanju podnijeti zahtjeve pokreta koji se javljaju kroz sport te s toga ne mogu uzeti ni maksimalni potencijal pozitivnog razvoja koji sport pruža (Krželj, 2009). Badrić i Prskalo (2011) su kroz pregled literature iz područja slobodnog vremena djece i mladih dobili na uvid u kojoj su mjeri djeca i mladi tjelesno aktivni u svojem slobodnom vremenu. Rezultati pokazuju kako sportske aktivnosti u slobodno vrijeme dolaze prema interesu djece i mladih na drugo ili treće mjesto. Promatrajući spolne razlike Badrić i Prskalo (2011) zaključuju da su dječaci više uključeni u sportske aktivnosti nego djevojčice. Smanjenje interesa prema sportu dovodi djecu do odustajanja od sportskih aktivnosti. Možemo promatrati razloge odustajanja od sportskih aktivnosti kroz tri grupacije razloga tj. ograničenja: intrapersonalni, interpersonalni i strukturni razlozi/ograničenja. Intrapersonalni uključuju nedostatak zabave te dosađivanje, niska percepcija fizičke sposobnosti, unutarnji pritisci (npr. stres) te percepciju negativne timske dinamike. Interpersonalni razlozi/ograničenja uključuju pritisak roditelja i okoline te osjećaj nedostatka vremena za sudjelovanje u drugim aktivnosti, a strukturni uključuju ozljede, troškovi te struktura treninga usmjerena na pobjedu, a ne na igru (Witt i Dangi, 2018).

Bailey, Cope i Pearce (2013) saželi su motive djece za bavljenje sportom i identificirati neke prakse koje treneri djece mogu usvojiti kako bi osigurali da djeca ostanu aktivni sudionici u sportu. Pregledom literature Bailey, Cope i Pearce (2013) su identificirali pet ključnih čimbenika koji utječu na dječje motive: uspješnost, zabava i uživanje, utjecaj roditelja, učenje novih vještina te utjecaj prijatelja i vršnjaka. Rasprava o tome što motivira djecu da se bave sportom rezultirala je prijedlozima za poboljšanje prakse trenera djece. Nalaz je da je dječju motivaciju za sudjelovanje u sportu potrebno razmotriti unutar društveno-kulturnog konteksta u kojem se sport odvija, kao i iz psihološke perspektive. Nije iznenađujuće da pažljivo izgrađena okruženja za učenje mogu imati pozitivne koristi na psihosocijalni razvoj djece i mladih sudionika. Bailey, Cope i Pearce (2013) zaključuju da treneri djece trebaju prijeći s tradicionalnih metoda treniranja na holističke metode usmjerene na dijete, koje su bolje usklađene s motivima djece za bavljenje sportom. Izazov za edukatore trenera i kreatore politika je kako podržati trenere djece kako bi osigurali da su njihove prakse primjerene i prilagođene mladima koje treniraju.

Kako bi djeca što dulje bila uključena u sportske aktivnosti te na taj način provodila svoje slobodno vrijeme potrebno je cilj sporta udaljiti od pobjede prema zabavi i igri, postaviti ravnotežu između uključivanja roditelja u sport, poticati obuhvaćanje više sportova, omogućiti djeci autonomiju doživljaja sporta, poticati pravila koja potiču ravnopravnost te izbjegavati preranu specijalizaciju djece u određenom sportu (Witt i Dangi, 2018).

#### *4.3. Odgojna uloga sporta*

Krželj (2009) raspravlja o sportskim vrijednostima te kako su vrijednosti sporta danas sve više iskrivljene (postizanje visokih rezultata, kompetitivnost i sl.), zato je bitno istraživati područje sporta iz odgojne perspektive. Mataja (2003) se slaže kako sport nije usko definiran te on služi različitim ciljevima i interesima te je važno naglašavati i ne ograničavati svrhu sporta. Sport osim očuvanja zdravlja te stvaranja radnih i obrambenih sposobnosti ima i značajnu odgojnu ulogu. Ta uloga je prvenstveno usmjerena na odgojno obrazovne vrijednosti koje mogu pomoći u smanjenju širenja rizičnih ponašanja (Krželj, 2009). Uključivanje djece u sportske aktivnosti osigurava veći broj socijalnih kontakata te razvoj prosocijalnih oblika ponašanja, ali s naglaskom na odgovarajući odgojni rad trenera (Đonlić, Marušić-Štimac i Smojver-Ažić, 2005). Veliku ulogu u postizanju toga može imati pedagogija sporta i rekreacije kao nova interdisciplinarna grana koja se temelji na spoznajama iz kineziologije (preuzimanje spoznaja o strukturi, funkciji, granicama i mogućnostima ljudskog djelovanja) i pedagogije koja može pomoći trenerima u stvaranju odgovarajuće odgojne prakse. „Pedagogija sporta i rekreacije pokušava pružiti odgovore za uspostavljanje ravnoteže između tijela i duha preko pet znanstvenih zadataka sportske pedagogije :

1. otkrivanje znanstvenih spoznaja o mogućnostima humanog odgoja mladeži u slobodnom vremenu i slobodnim aktivnostima u svim sportskim aktivnostima
2. usustavljanje konzistentnog sustava pedagogije sporta i rekreacije
3. razvijanje metodologije kojom se mogu uspješno istraživati svi zadaci sportske pedagogije
4. suradnja sa svim znanostima koje sa svojih gledišta proučavaju sport i rekreaciju radi ostvarivanja načela interdisciplinarnosti i transdisciplinarnosti
5. strukturiranje metodika za svako područje realizacije ciljeva i zadataka sportske pedagogije“ (Lukić, 2004, str. 19).

#### *4.4. Sport kao zaštitni i/ili rizični faktor*

Sport može biti zaštitni faktor, ali i faktor za razvoj rizičnih ponašanja. Puno je različitih aspekata koje utječu na tu činjenicu. O'Donnell i Barber (2018) te Lipowski, Lipowska, Jochime i Krokosz (2016) naglašavaju svjesnost kako postoji različita sportska okruženja te se ne može generalizirati sport kao zaštitni ili rizični faktor. Istraživanje Torbarine (2011) čija je svrha bila produbiti spoznaje o postojanju ili nepostojanju povezanosti između bavljenja sportom i rizičnih ponašanja djece i mladih. Pitanja su se odnosila na nasilnička ponašanja, na ovisnost, na seksualno ponašanje i na prehranu. U istraživanju je sudjelovalo 585 ispitanika, 203 sportaša i 255 povremenih sportaša i 127 ne sportaša. Torbarina (2011) je prema rezultatima istraživanja zaključila da 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.

O'Donnell i Barber (2018) su istraživali uvjetovanost učinka vršnjaka na povezanost intenziteta sudjelovanja u sportu i pojavom rizičnih ponašanja. U istraživanju je provedeno u Zapadnoj Australiji, a ispitanici su bili 1816 učenika iz 34 škole u dobi od 13 do 18 godina. Rezultati su pokazali kako prosocijalni i rizični vršnjaci moderiraju ponašanja svojih vršnjaka te postoji pozitivna povezanost između vršnjaka kod kojih se pojavljuju rizična ponašanja i intenziteta sudjelovanja u sportu te pojavom rizičnih ponašanja kod ostalih sportaša. S obzirom na ključnu ulogu vršnjaka u pojavi rizičnih ponašanja kroz sportski kontekst autori naglašavaju kako je vrlo bitno sagledavati sastav grupe vršnjaka koji je uključen u određeni sport. O'Donnell i Barber (2018) zaključuju kako ne možemo gledati sport kao zaštitni ili rizični faktor u kontekstu samog bavljenja sa sportom. Iz perspektive njihovog istraživanja vrlo je bitno afirmirati prosocijalne norme među mladim sportašima te privlačiti pozitivno usmjerene sudionike u timove koji bi mogli pozitivno utjecati na klimu cijelog tima te tako sportsku klimu učiniti zaštitnim faktorom u pojavi rizičnih ponašanja.

Analizom literature Fraser-Thomas, Côté i Deakin (2005) zaključuju kako se pozitivni i negativni ishodi u sportu mogu objasniti: dizajnom programa i utjecajem odraslih. Sport može imati pozitivne i negativne ishode. Dizajn programa tj. struktura samog programa i kakav će biti utjecaj odraslih ima odlučujuću ulogu u tome hoće li sport biti u negativnom ili pozitivnom utjecaju na djecu i mlade.

#### 4.5. Sport i razvoj otpornosti

*Resilience* se prevodi kao otpornost, ali možemo pojam prevesti i kao osnaživanje. Otporna djeca su ona djeca koja odrastaju opterećena s rizičnim čimbenicima te koriste svoje pozitivne snage i pokazuju snalažljivost u postizanju pozitivnih razvojnih izlaza (Doležal, 2006). Novak, Ferić, Kranželić i Mihić (2019) uspoređuju dva teorijska okvira: otpornost i teorija pozitivnog razvoja i dobrobiti. Ova dva teorijska okvira se preklapaju u ishodištima, temeljnim pretpostavkama, ciljevima i metodama, ali postoje i razlike. Zajednički element je fokus na istraživanju kompetencija koje promoviraju pozitivan razvoj i zaštitne čimbenike. Fokus samog istraživanja je različit. Kod istraživanja otpornosti fokus je na prilagodbi u izazovnim situacijama dok je kod pozitivnog razvoja fokus na čimbenicima koji promoviraju dobrobiti tj. prisutnost rizika je ključna razlika u teorijama. Novak, Ferić, Kranželić i Mihić (2019) zaključuju važnost učenja mladih samoregulaciji kroz sustavno podržavanje usmjereno na postavljanju ciljeva, proaktivnosti i preuzimanju odgovornosti.

Stručnjaci se slažu kako je otpornost na rizična ponašanja važan čimbenik u životu adolescenata te navode kako istraživanja iz područja otpornosti su sve više usmjerena na isticanje važnosti okruženja mladih, a ne samo na obilježja pojedinca (Doležal, 2006; Lipowski i sur, 2016; Novak, Ferić, Kranželić i Mihić, 2019). Predstavljaju otpornost kao funkciju kapaciteta okruženja (podržavajuća okolina, ulaganje u pozitivne odnose škole, zdrave zajednice i sl.). Doležal (2006) navodi kako su istraživanja pokazala da otpornost nije apsolutna, već ona ovisi o raznim čimbenicima (prisutnost socijalne podrške, sposobnost uočavanja smisla života i pojedinih doživljaja, samopoštovanja, smisao za humor itd.) te kako zaštitni čimbenici utječu na razvijanje otpornosti, smanjenju rizične čimbenike te tako sprječavaju razvoj poremećaja u ponašanju. Tako je koncept otpornosti kojem su u središtu pozitivne strane pojedinaca i zajednice (ključ za uspješnu prevenciju). Također, ključ za uspješnu prevenciju su strukturalne aktivnosti poput sporta koje mogu razvijati otpornost (Badrić i Prskalo, 2010; McCabe, Modecki i Barber, 2016; Zarret i sur. 2020). Lipowski i sur. (2016) istraživali su utjecaj otpornosti na zaštitu od rizičnih ponašanja mladih, kakva je razlika između sportaša i ne sportaša u razvijanju određenih rizičnih ponašanja. Istraživanje je provedeno s uzorkom od 566 ispitanika (188- sportaša i 368- ne sportaša) koji su odgovarali na 4 grupe pitanja vezanih za korištenje alkohola, droga, nikotina i rizični spolni odnosi. Osoba koja ima dobro razvijenu otpornost ima manju vjerojatnost u razvijanju negativnih emocija te zna lakše kontrolirati životne postupke. Sportaš zbog različitih

elemenata stresora (trener, roditelji, očekivanja o uspjehu itd.) ima veću otpornost na rizična ponašanja (Lipowski i sur., 2016).

## 5. Pedagoški orijentiran rad trenera

Sport privlači djecu i mlade zbog zabave, igre, ali i dobrih trenera, a odbija ga od sporta natjecateljski imperativ, pritisak roditelja, ozljede, neprikladan napredak, dosada i sl. Stoga je bitno djecu i mlade uvesti u profesionalni sport u što kasnijoj fazi razvoja, a na početku usmjeriti se na zabavu i odgojnu ulogu sporta (Krželj, 2009). Nadalje, Krželj (2009) propitkuje i problem stavljanja tereta na trenere. Opstanak samih klubova u vezi je sa postignućima te je trener često pod pritiskom sa svih strana (roditelja, uprave, javnosti itd.) te to može dovesti do stavljanja odgojnog rada u drugi plan. To može dovesti do gubljenja smisla sporta kao dječje zabave. Autor zaključuje kako je iz tih razloga uloga trenera vrlo važna te je vrlo težak zadatak stavljen pred današnje trenere. Treneri moraju stoga posjedovati razna znanja poput psihološko- pedagoških koja će im pomoći u njihovom radu. Riffi Acharki, Spaaij, i Nieuwelink (2021) istražili su percepciju trenera o njihovoj ulozi, ciljevima treniranja i temeljnim vrijednostima. U kvalitativnom istraživanju je sudjelovalo 32 sportska trenera različitih sportova u Nizozemskoj. Rezultati su pokazali da sportski treneri prepoznaju važnost pedagoški orijentiranog rada gdje su obrazovne vrijednosti, skladni odnosi i dobrobit djece stavljeni u središte. Percepcija uloga, ciljeva i vrijednosti trenera u korelaciji je s kontekstom sporta u kojem djeluju. Ova spoznaja naglašava važnost sveobuhvatnog razumijevanja obrazaca vrijednosti u različitim sportskim kontekstima.

Biti trener uključuje razne uloge osim samog sportskog voditelja. Miljković (2009) navodi kako trener mora biti: Instruktor: trener je odgovoran za pružanje sportske obuke i podučavanje tehničkih vještina sportaša. To uključuje prenošenje znanja o pravilima igre, tehnikama, taktikama i strategijama; Izvor informacija: Trener je izvor informacija o sportskim događanjima, natjecanjima, pravilima, prehrani, oporavku od ozljeda i drugim relevantnim područjima. Sportašima pruža relevantne informacije kako bi ih educirao i pomogao im donositi informirane odluke.; Motivator: Trener ima ulogu motivatora koji potiče sportaše da daju svoj maksimum, postavljaju ciljeve i prevladaju izazove. On potiče pozitivan stav, samopouzdanje i disciplinu kod sportaša.; Organizator i planer: Trener je odgovoran za organizaciju treninga, natjecanja, putovanja i ostalih sportskih aktivnosti. On planira raspored treninga, postavlja ciljeve, prati napredak i prilagođava planove prema potrebama sportaša.; Pedagog: Trener ima pedagošku ulogu u pružanju podrške cjelokupnom razvoju sportaša. To uključuje razumijevanje i prilagodbu treninga prema individualnim potrebama sportaša, razvoj njihovih karakternih osobina i promicanje pozitivnih vrijednosti.; Pomagač i prijatelj:



Trener je podrška sportašima u emocionalnom i psihičkom smislu. On pruža podršku, sluša i pomaže sportašima u suočavanju s izazovima, težinama i pritiscima sportskog života.; Procjenjivač: Trener ima ulogu procjenjivača u praćenju napretka sportaša, identificiranju snaga i slabosti te pružanju povratnih informacija za daljnji razvoj.; Savjetnik: Trener pruža savjete sportašima o tehničkim aspektima, taktikama, strategijama, oporavku, prehrani i drugim pitanjima vezanim za sportske performanse.; Sportaš: Trener može biti uzor sportašima svojim vlastitim sportskim postignućima, profesionalizmom i strašću prema sportu.; Vozač. Prema navedenom možemo zaključiti kako je uloga trenera kompleksna i zahtjevna.

Stilovi treniranja koje Miljković (2009) izdvaja:

1. Autokratski- trener odlučuje o svemu. Sportaš nije uključen u donošenje odluka;
2. Demokratski stil- koristi se još i naziv autoritativan u kojem trener utvrđuje mogućnosti i potrebe sportaša, potiče sugestije, donosi odluke na temelju sugestija, zajedno sa sportašem odlučuje o tome što će se i kako raditi.;
3. Laissez faire (franc. opušteno, ležerno)- trener nema zahtjeva prema sportašu ili su ti zahtjevi nasumični, ne radi se prema planu i programu, nema strukture rada ni jasno postavljenih ciljeva pa se to onda i ne bi moglo nazvati treniranjem.;
4. Naredbeni stil- izravne trenerove instrukcije, diktiranje onoga što se mora napraviti bez pogovora;
5. Uzajamni stil sportaš preuzima dio odgovornosti za svoj razvoj;
6. Stil rješavanja problema- sportaš rješava probleme koje mu je postavio trener.;
7. Vođeno istraživanje- sportaš ima slobodu izražavanja različitih opcija.

Pedagoški orijentiran rad trenera treba se temeljiti na stručnosti i uvažavanju specifičnosti rada sa svakim pojedinim sportašem kao i na sustavnim odgojnim djelovanjem. Takav pristup dovodi do uspješnih sportaša koji imaju više samopoštovanja, percipiranu sportu i socijalnu kompetentnost te postoji manja mogućnost razvoja internaliziranih, eksternaliziranih i ukupnih problema u ponašanju od neuspješnih sportaša i nesportaša (Đonlić, Marušić-Štimac i Smojver-Ažić, 2005). Đonlić, Marušić-Štimac i Smojver-Ažić (2005) su uspješnost/neuspješnost u sportu procjenjivali na temelju percepcije trenera o komponentama povezanim s metodikom sporta, ali su također procjenjivali i odgovornost, redovitost, motiviranost, timski rad i samokontrola.

### *5.1. Kompetencije trenera za prevenciju rizičnih ponašanja*

Torbarina (2011) u svojem istraživanju govori kako se u sportu naglašava krajnji cilj tj. što bolji sportski rezultat što može upućivati na neadekvatno postupanje trenera koji kod djece potiče nezdrava natjecanja i netoleranciju. Stoga su vrlo bitne kompetencije trenera, jer one mogu utjecati na prevenciju rizičnih ponašanja (Fraser- Thomas i sur., 2005; Torbarina, 2011; Camiré, Trudel i Forneris, 2014). Istraživanja pokazuju kako neki treneri kroz svoj rad koriste razne strategije kako bi ostvarili pozitivan razvoj sportaša dok drugi ne posjeduju kompetencije koje bi im to omogućile. Ta činjenica ukazuje na kompleksnost uloge trenera te na različitosti u razine iskustva i kvalitetne edukacije (Camiré i sur., 2014). Kvalitativno istraživanje Camiré i sur. (2014) provedeno je s 16 sudionika o tome kroz koje načine obrazovanja treneri dobivaju svoja znanja. Treneri koji su sudjelovali u istraživanju smatraju kako je neformalno i informalno obrazovanje bolje od formalnog, jer je primjenjivije u praksi, ali naglašavaju važnost kombiniranja sva tri vrsta obrazovanja (formalno, neformalno i informalno). Nadalje, naveli su sudjelovanje u zajednicama koje uče i istraživanje dodatnih materijala s interneta kao dva moguća pomoćna alata u ostvarivanju kvalitetnijeg načina svojeg rada. Sustav stručnog usavršavanja u sportu je ključan za sportske trenere, pružajući im fokus na pedagoška, metodička, tehnička i stručna znanja. Ovakav organizirani sustav stručnog usavršavanja odgovara potrebama sportaša, ali i društva te se sustav prilagođava određenom sportu. Stručno usavršavanje trenerima omogućuje povezivanje teorijskog znanja s praktičnom primjenom. Kroz ovaj proces, treneri nadopunjuju svoje znanje o odabranoj disciplini, komuniciraju s kolegama, razmjenjuju iskustva i razvijaju kreativne metode rada. Ovaj kontinuirani proces podržava razvoj sociokulturne kompetencije trenera, bitne za njihovu ulogu u sportskoj zajednici (Ahmadovich, 2022).

Trener ima sve pedagoške karakteristike s kojima opisujemo i nastavnike (uči djecu, podrška, briga za razvoj djeteta itd.). Za rad su mu potrebne pedagoške kompetencije koje će mu pomoći u ostvarenju kvalitetne sportske prakse. (Miljković, 2009). Prema Jurčiću (2014) pedagoška se kompetencija dijeli na osam dimenzija:

- a) osobna kompetencija uključuje uvažavanje individualnih osobina
- b) komunikacijska kompetencija uključuje tehnike učinkovitog govora i aktivnog slušanja, skup socijalnih vještina
- c) analitička kompetencija uključuje analizu rada (motiviranost, ostvareni ciljevi i sl.), kontrolu i razumijevanje procesa

- d) socijalna kompetencija uključuje umijeće uspostave odnosa s dionicima procesa (timski rad, ljubaznost, svladavanje konflikta, tolerancija, autoritet i sl.)
- e) emocionalna kompetencija uključuje kvalitetu ostvarenja međudnosa te razvoj emocionalne pismenosti kod djece, razdvajanje privatnog i poslovnog
- f) interkulturalna kompetencija uključuje razvoj sposobnosti izgradnje interkulturalne osjetljivosti, međusobno razumijevanje, ravnopravno surađivanje i sl.
- g) razvojna kompetencija uključuje viziju i misiju razvoja vlastitog zvanja
- h) vještine u rješavanju problema uključuje sposobnosti i vještine korištenja problemskih rješenja različitim situacijama, oblikovanje humanog okruženja kroz pozitivan stav

Razvojem ovih kompetencija ostvaruje se pozitivan razvoj djece i mladih. Osoba koja radi s djecom procjenjuje i odlučuje kako će reagirati u određenim situacijama što nazivamo pedagoškim taktom (Jurčić, 2014). Kompetentan trener spreman je reagirati u različitim situacijama. Navedene kompetencije igraju značajnu ulogu kod prevencije rizičnih ponašanja (Opić i Jurčević-Lozančić, 2008). Opić i Jurčević-Lozančić (2008) govore o pojmu pedagoške prevencije poremećaja u ponašanju u kojem je naglasak na kompetenciji učitelja da kroz odgojno obrazovni proces djeluje u donosu na nastanak poremećaja u ponašanju te da nisu samo stručni suradnici ti koji su nositelji pedagoške prevencije već bi to trebali biti i svi drugi stručnjaci koji rade s djecom jer najbolje poznaju djecu, provode jako puno vremena s njima, znaju njihove strahove, interese i potrebe itd. Uloga stručnih suradnika stoga nije da imaju dominantnu ulogu u prevenciji poremećaja u ponašanju, već da budu podrška drugim stručnjacima koji provode više vremena i poznaju bolje djecu.

Samalot-Rivera i Porretta (2013) istraživali su utjecaj načina poučavanja socijalnih vještina na sportsko ponašanje 6 učenika s poremećajima u ponašanju. Promatrali su igranje timskog sporta učenika te u kojoj mjeri se mijenja njihovo ponašanje ukoliko se primjenjuju intervencije socijalnih vještina (pohvale, izricanje pravila, pravovremena povratna informacija i sl.). Intervencija socijalnih kompetencija je bila u svim slučajevima uspješna tj. svi učenici s poremećajima u ponašanju su smanjili svoja neprimjerna ponašanja u slučajevima kada je napravljena intervencija ponašanja (jasnim pravilima, pravovremena povratna informacija i sl.).

## 6. Metodologija istraživanja

### 6.1. Predmet i cilj istraživanja

Istraživanje se bavi pitanjima prevencije rizičnih ponašanja kod djece i mladih kroz sport, ali iz perspektive trenera kao jedne od osobe koja je ključna u životima mladih sportaša. Predmet ovog istraživanja je mišljenje trenera o ulozi sporta kod prevencije rizičnih ponašanja, ali i mišljenje o njihovim vlastitim kompetencijama koje su im potrebne za uključivanjem preventivnih metoda u svoju trenersku praksu.

Temeljni cilj ovog istraživanja je ispitivanje mišljenja trenera o ulozi sporta i prevenciji rizičnih ponašanja kod djece i mladih (sportaša).

Specifični ciljevi:

- 1) Ispitati mišljenje trenera o ulozi sporta kod djece i mladih (sportaša).
- 2) Ispitati mišljenje trenera o sportu kao rizičnom faktoru u razvoju rizičnih ponašanja djece i mladih (sportaša).
- 3) Ispitati mišljenje trenera o sportu kao zaštitnom faktoru u razvoju rizičnih ponašanja djece i mladih (sportaša).
- 4) Ispitati mišljenje trenera o kompetencijama koje su mu potrebne za prevenciju rizičnih ponašanja djece i mladih (sportaša).

### 6.2. Istraživačko pitanje

Temeljno istraživačko pitanje glasi: Koje je mišljenje trenera o ulozi sporta i prevenciji rizičnih ponašanja kod djece i mladih?

### 6.3. Hipoteze

- 1) Prema mišljenju trenera natjecanje i razvoj profesionalnih sportaša nisu najznačajniji ciljevi bavljenja sportom kod djece i mladih.
- 2) Sport nije prema mišljenju trenera rizični faktor u razvoju rizičnih ponašanja kod djece i mladih (sportaša) prema stavu trenera.
- 3) Sport je prema mišljenju trenera zaštitni faktor u razvoju rizičnih ponašanja kod djece i mladih (sportaša).
- 4) Prema mišljenju trenera treneru su za rad s djecom i mladima potrebne svih 8 dimenzija pedagoških kompetencija prema Jurčić (2014) u prevenciji rizičnih ponašanja: osobna

kompetencija, komunikacijska kompetencije, analitička kompetencije, socijalna kompetencije, emocionalna kompetencije, interkulturalna kompetencije, razvojna kompetencije, vještina u rješavanju problema.

#### *6.4. Varijable*

U istraživanju su korištene sljedeće nezavisne varijable: spol, dob, stečena razina obrazovanja, godine rada kao sportski trener, vrsta sporta koju treniraju. Nezavisne varijable služe kako bi se uzorak mogao što bolje opisati. Zavisne varijable čine skale: Stavovi trenera o ulozi sporta kod djece i mladih, Stavovi trenera o sportu kao rizičnom/ zaštitnom faktoru, Stavovi trenera o potrebnim pedagoškim kompetencijama za prevenciju rizičnih ponašanja. Zavisne varijable detaljnije su opisane u sljedećem poglavlju.

#### *6.5. Uzorak istraživanja*

Ciljanju populaciju čine sportski treneri djece i mladih (13-30 godina) s područja Primorsko-goranske županije. Prema bazi trenera Zajednice sportova Primorsko-goranske županije (2020) broj registriranih trenera djece i mladih je 673, što predstavlja širu populaciju. Strategija odabira uzorka je prigodan (probalistički uzorak). Svaki pripadnik populacije imao je podjednaku šansu da bude odabran, a odabir je potpuno nezavisan od sljedećeg. Sportskim klubovima poslana je molba za sudjelovanjem u istraživanju te anketni upitnik. Ispitanici koji čine uzorak istraživanja su oni koji su se odazvali molbi te riješili anketni upitnik. Sudjelovanje u istraživanju bilo je dobrovoljno i anonimno.

Upitnik je u potpunosti ispunilo 108 ispitanika, od čega je 60 (55,6%) muškog, a 48 (44,4%) ženskog spola. Aritmetička sredina dobi ispitanika iznosi 36,4 godina uz standardno odstupanje od 10,884 godina.

Najviše ispitanika/ca ima završeni prediplomski i stručni studij, njih 41 (38,0%), a zajedno s 35 njih (32,4%) koji imaju završeni sveučilišni diplomski i specijalistički diplomski i poslijediplomski specijalistički studij (VSS) (1 – 2 god.) može se zaključiti da je više od dvije trećine (70,4%) ispitanika fakultetski obrazovano. Ispitanika koji imaju završen poslijediplomski magistarski studij i poslijediplomski doktorski studij je 7 (6,5%) pa se može zaključiti da je tri četvrtine ispitanika visokoobrazovano. Sa srednjom stručnom spremom su 24 ispitanika (22,2%), dok je samo 1 ispitanik sa nižom stručnom spremom (0,9%). Raspon životne dobi ispitanika bio je od 22 do 66 godina. Godine trenerskog staža su za trećinu

manje. U prosjeku rade 11,10 godina kao treneri uz standardno odstupanje od 9,354 godine uz velike oscilacije od 1 godine staža do 40 godina.

Trenera individualnih sportova je 41 (38,0%) a trenera grupnih sportova je više, 67 (62,0%). Neovisno o kojem se tipu sporta radi, velik broj autora knjiga o sportu ističu trenera kao ključnu osobu koja oblikuje sportaševu karijeru ( Tušak i Tušak, 2001; Krevsel, 2001; Sabock, 1985 ).

Jedni od autora koji povezuju starost trenera sa ulogom trenera su Carson i Gould (2011) te navode da su mlađi treneri otvoreniji za novosti, savjesniji i lakše prihvaćaju novitete te bolje upravljaju svojim emocijama pa je za pretpostaviti da će iskustvo i starosna dob trenera utjecati na njihovu ljestvicu prioriteta.

#### *6.6. Instrument istraživanja*

Za potrebe ovog istraživanja kreiran je anketni upitnik (Prilog 1). Pregledom literature nije pronađen upitnik koji je u svezi s glavnim istraživačkim pitanjem. Iz tog razloga sve čestice su nastale na temelju korištene literature pri izradi teorijsko- konceptualnog dijela rada.

Anketni upitnik sastoji se od četiri grupe pitanja. Prva grupa pitanja su opći podaci o ispitaniku. Opći podaci o ispitaniku uključuju nezavisne varijable spol, dob, stečena razina obrazovanja, godine rada kao sportski trener, vrsta sporta koju treniraju. Druga, treća i četvrta skupina pitanja odnosi se na stavove trenera prema ulozi sporta kod djece i mladih, sportu kao rizičnom/ zaštitnom faktoru te potrebnim pedagoškim kompetencijama za prevenciju rizičnih ponašanja. U navedenim skupinama pitanja zadatak ispitanika je bio da na Likertovoj ljestvici od 1 do 5, gdje je 1- U potpunosti se ne slažem, 2- Ne slažem se, 3- Niti se slažem, niti se ne slažem, 4- Slažem se, 5- U potpunosti se slažem, odrede svoj stupanj slaganja prema ponuđenoj tvrdnji.

Druga skupina pitanja sastoji se od 11 čestica koje ispituju stavove trenera o ulozi sporta kod djece i mladih. Čestice uključuju stavove trenera o adekvatnoj organizaciji vremena te cilju sporta kod djece i mladih. Određivanje ciljeva u sportu olakšava treneru pripremu i organizaciju vremena te osigurava bolju sportsku uspješnost (Krželj, 2009). Odabrane čestice proizašle su analizom literature i dostupnih istraživanja iz ovog područja. Uloga sporta kod djece i mladih u istraživanju je određena adekvatnom organizacijom slobodnog vremena kroz sport (čestice od 1 do 4) (Jeđud i Novak, 2006; Valjan Vukić, 2013;

Škovran, Cigrovski, Čuljak, Bon i Očić, 2020) te određivanjem cilja sporta i ulozi u svakodnevnici (čestice od 5 do 11) (Mataji, 2003; Krželj 2009; Pletenac i Breslauer, 2018).

Treća skupina pitanja sastoji se od 12 čestica koje ispituju stavove trenera o sportu kao rizičnom/ zaštitnom faktoru. Odabrane čestice proizašle su analizom literature i dostupnih istraživanja iz ovog područja. Čestice od 1 do 6 ispituju trenerove stavove o sportu kao rizičnom/ zaštitnom faktoru koji povećava/ smanjuje rizik od pojave rizičnih ponašanja. Čestice sadrže rizična ponašanja koje su Šentija Knežević, Kuculo, i Ajduković, 2019 prepoznali kao najčešća kod djece i mladih, a to su: kockarske aktivnosti, vršnjačko nasilje, konzumacija alkohola, seksualno rizično ponašanje, konzumacija cigareta, konzumacija marihuane, pojava višestrukog rizičnog ponašanja. Čestice od 7 do 11 odnose se na ispitivanje stavova trenera o sportu te razvoju otpornosti i pozitivnog razvoja i dobrobiti djece i mladih kao i o pozitivnoj klimi kao zaštitnim čimbenicima razvoja rizičnih ponašanja ( Badrić i Prskalo, 2010; Lipowski i sur., 2016; McCabe, Modecki i Barber, 2016; Zarret i sur. 2020). 12 čestica u subskali (Stavovi trenera o sportu kao rizičnom/ zaštitnom faktoru) ispituje stavove trenera o njihovoj funkciji kao rizičnom/ zaštitnom čimbeniku.

Četvrta skupina pitanja sadržava 10 čestica koje ispituju stavove trenera o potrebnim pedagoškim kompetencijama za prevenciju rizičnih ponašanja. Odabrane čestice proizašle su analizom literature i dostupnih istraživanja iz ovog područja. Čestice od 1 do 8 ispituju stavove trenera o potrebnim pedagoškim kompetencijama za prevenciju rizičnih ponašanja. Ispitane pedagoške kompetencije definirane su prema Jurčić (2014). 9 čestica odnose se na procjenu ispitanika o posjedovanju dovoljno znanja i vještina da reagiraju na pojavu rizičnih ponašanja, a u 10 čestica odnosi se na procjenu ispitanika o tome može li jačanje vlastitih kompetencija pomoći u prevenciji rizičnih ponašanja sportaša.

Posljednje odnosi se na prijedloge za poboljšanje trenerove prakse u području prevencije rizičnih ponašanja kod sportaša (djece i mladih). Pitanje je otvorenog tipa kako bi treneri imali mogućnost dati konkretne prijedloge za poboljšanje prakse.

#### *6.7. Prikupljanje i obrada podataka*

Upitnik je prebačen u online formu kroz softver za administraciju anketa *Google forms*. Sportskim klubovima koji se nalaze u Registru udruga mladih i za mlade Grada Rijeke poslana je molba za sudjelovanjem u istraživanju te anketni upitnik. Registar udruga mladih i za mlade Grada Rijeke sadržava kontakt informacije svih sportskih klubova na području

Grada Rijeke i okolice tj. Primorsko- goranske županije. Slanje molbe za sudjelovanje u istraživanju ponovljeno je tri puta tijekom mjeseca travnja putem elektroničke pošte. Anketni upitnik bio je u potpunosti anonimn te je zajamčena povjerljivost odgovora, što je naglašeno u poslanoj molbi te na početku anketnog upitnika. Na taj su način prikupljanje i obrada bila u skladu s etičkim standardima istraživanja i Etičkim kodeksom Sveučilišta u Rijeci. Izrazi koji su se koristila u anketnom upitniku, a imali su rodno značenje koristili su se neutralno i odnosili su se jednako na muški i ženski rod.

Podaci su iz *Google formsa* konvertirani u Excel tablicu. U istraživanju je korišten anketni upitnik (Prilog 1), a za analizu prikupljenih podataka primijenjene su metode kvantitativne analize. Obrada podataka izvedena je pomoću programa IBM SPSS Statistics 24, koji se često koristi za statističku analizu u društvenim znanostima. U analizi podataka primijenjene su metode deskriptivne statistike, uključujući frekvencije, postotke, mjere središnje tendencije i mjere varijabilnosti te metoda inferencijalne statistike, test bivarijatne korelacije (Pearsonov koeficijent korelacije te značajnost). Važno je napomenuti da zavisne varijable mogu biti složeni konstrukti koji uključuju više dimenzija, pa se ove korelacije ne trebaju nužno tumačiti kao uzročno-posljedične veze, već samo kao povezanost među varijablama.



## 7. Rezultati istraživanja i diskusija

Rezultati istraživanja i njihove interpretacije podijeljeni su po potpoglavljima koja su sukladna s prethodno postavljenim istraživačkim ciljevima.

### 7.1. Uloga sporta prema mišljenju trenera

U Tablici 2 su prikazani odgovori slaganja (u postocima) s tvrdnjama koji se odnose na ulogu sporta kod djece i mladih, ali i na ulogu koju sport ima u životu trenera. Uloga sporta u svakodnevnicu vlastitog života koju procjenjuje trener uključena je u ovom dijelu zbog činjenice da je potrebno vlastitim primjerom potaknuti djecu i mlade na ostvarivanje ciljeva u sportu (Short i Short, 2005). Odgovori slaganja evidentirani su prema Likertovoj ljestvici od 1 do 5, gdje je 1- U potpunosti se ne slažem, 2- Ne slažem se, 3- Niti se slažem, niti se ne slažem, 4- Slažem se, 5- U potpunosti se slažem, odrede svoj stupanj slaganja prema ponuđenoj tvrdnji.

Tablica 2. Stavovi o sportu kod djece i mladih

R.br.	Tvrdnja	1	2	3	4	5	M	SD
4	Cilj sporta kod djece i mladih je razvoj socijalnih vještina.	0,9	4,6	13	37	44,4	4,19	0,901
5	Cilj sporta kod djece i mladih je razvoj profesionalnog sportaša.	25,9	24,1	34,3	9,3	6,5	2,46	1,164
6	Cilj sporta kod djece i mladih je natjecanje.	12	34,3	36,1	10,2	7,4	2,67	1,059
7	Cilj sporta kod djece i mladih je razvoj tjelesnih sposobnosti.	0,9	0,9	3,7	38	56,5	4,48	0,704
8	Cilj sporta kod djece i mladih je zabava.	1,9	1,9	17,6	34,3	44,4	4,18	0,915
9	Sport je odgojno sredstvo u promicanju vrijednosti.	0,9	0,9	9,3	33,3	55,6	4,42	0,775
10	Sport je način života.		3,7	20,4	32,4	43,5	4,16	0,877
11	Sport je način života te se ja tako ponašam u svojoj svakodnevnicu.	0,9	7,4	20,4	39,8	31,5	3,94	0,95

Napomena: N=108

Treneri su nešto niže ocjene davali tvrdnjama koje se odnose na profesionalizam i natjecanja u odnosu na tvrdnje koje se odnose na vrijednosne stavove o bavljenju sportom i njegovim benefitima. Cilj sporta kod djece i mladih za razvoj profesionalnih sportaša kroz pregled istraživanja i literature je također u drugom planu. Naglašavanje profesionalizma i

rane specijalizacije u sportu može dovesti do odustajanja od sportske karijere, efekta „burnout“, poremećaja prehrane, emocionalne iscrpljenosti itd. (Popović Ilić i Ilić, 2022 ). Benefiti sporta su prema mišljenju trenera visoko postavljen cilj, prvenstveno se pri tom misli da je cilj sporta kod djece i mladih razvoj tjelesnih sposobnosti ( $M=4,48$ ,  $SD=0,704$ ). Sa tom tvrdnjom se nije složilo ili je indiferentno prema toj tvrdnji tek oko 5,0% ispitanika. Sličnu strukturu odgovora dobila je i tvrdnja da je sport odgojno sredstvo u promicanju vrijednosti ( $M=4,42$ ,  $SD=0,775$ ) prema kojoj je međutim iskazano dvostruko više indiferentnih odgovora. Ove tvrdnje su u pozitivnoj povezanosti sa godinama radnog staža kao trenera, ali uopće ne ovise o dobi trenera, te se može zaključiti da treneri sa više iskustva su skloniji tome da sport pozitivno utječe i na razvoj tjelesnih sposobnosti ( $r=0,284$ ) i da pozitivno odgaja mlade ljude ( $r=0,270$ ). Ispred natjecanja i razvoja profesionalnog sportaša treneri su kao cilj stavili i razvoj socijalnih vještina ( $M=4,19$ ,  $SD=0,901$ ) pa čak i zabavu ( $M=4,18$ ,  $SD=0,915$ ). Bailey, Cope i Pearce (2013) su kao i ispitanici identificirali zabavu te utjecaj prijatelja i vršnjaka (socijalnu komponentu) kao ključne čimbenike sporta kod djece i mladih. Osim navedenih, uključili su uspješnost, utjecaj roditelja te učenje novih vještina. Vidimo da treneri imaju različita mišljenja o cilju sporta. Nešto niže ocjene, kao što je navedeno, odnose se na profesionalizam i natjecanja u odnosu na tvrdnje koje se odnose na vrijednosne stavove o bavljenju sportom. Mogućnost natjecanja i profesionalizma ne mora biti negativno predstavljeno u svijetu sporta za djecu i mlade. Učenje sportskih vještina i stjecanje navika ustrajnosti u trudu prema profesionalizmu i pobijedi može na zdravi način zadovoljiti djetetovu potrebu za moći. Sport je primjer koji djeci omogućava zadovoljavanje višestrukih potreba istodobno (Sindik, 2009). Možemo zaključiti da je određivanje samo jednog cilja i uloge sporta na djecu i mlade prema mišljenju ispitanih trenera nemoguće što potvrđuje kompleksnost sporta kod djece i mladih.

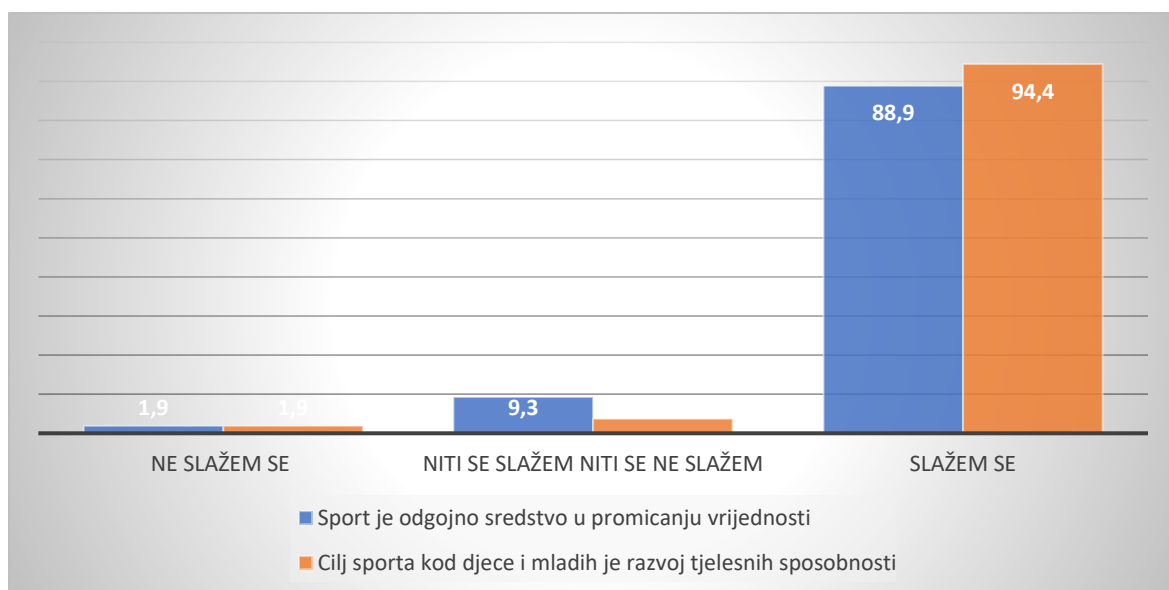
Tvrdnje prema kojima su ispitanici iskazali najmanje slaganje jesu Cilj sporta kod djece i mladih je natjecanje ( $M=2,67$ ,  $SD=1,059$ ) i Cilj sporta kod djece i mladih je razvoj profesionalnog sportaša. ( $M=2,46$ ,  $SD=1,164$ ), ali prema njima nisu iskazali neslaganje, već neutralan stav. Naime, kod obje tvrdnje tek nešto više od trećine ispitanika niti se slaže niti se ne slaže sa tvrdnjom, dok se točno polovica ispitanika ne slaže sa tvrdnjom da je cilj sporta kod djece i mladih razvoj profesionalnog sportaša. Kod iskazivanja kompetitivne strane treniranja, odnosno da je cilj sporta natjecanje, omjer između onih koji se slažu sa tim i onih koji se ne slažu je nešto manji, ali ipak trostruko više trenera podržava tvrdnju nego je ne podržava. Te dvije tvrdnje su i jače pozitivno povezane ( $r=0,430$ ), pa treneri koji su

orijentirani ka sportu kao profesiji snažnije podupiru kompetitivni duh i obrnuto. U nešto slabijoj korelaciji su i sa tvrdnjama „Sport je način života.“ ( $r= 0,248$ ) I „Sport je način života te se ja tako ponašam u svojoj svakodnevnicu.“ ( $r= 0,205$ ) pa se može zaključiti da je takav način razmišljanja inherentni dio njih. Oprečno tom zaključku su rezultati istraživanja koje su proveli Kokko, Villberg i Kannas (2015). Rezultati su pokazali kako postoji mogućnost stvaranja paradoksa kod trenera koji procjenjuju da je sport način života i koji se ponašaju tako u svojoj svakodnevnicu. Paradoks je u njihovoj percepciji i percepciji mladih sportaša s kojima rade, koji smatraju da su treneri pasivniji nego što to govore treneri o sebi samima. Djeca i mladi sportaši često karakteriziraju trenere kao uzore (Short i Short, 2005), stoga je važno da se trener ponaša sukladno sa svojim riječima i vjerovanjima. Na taj način mogu potaknuti sportaše da i oni sami žive sport neovisno o stupnju profesionalizma.

Da je sport način života ispitanici se slažu ( $M=4,16$ ,  $SD=0,775$ ) gotovo u istoj mjeri koliko i sa tvrdnjom da je cilj sporta kod djece i mladih je razvoj socijalnih vještina. Ispitanici koji ističu socijalne vještine i u većoj će mjeri zagovarati i sport kao odgojno sredstvo ( $r=0,659$ ), ali i kao vid zabave ( $r=0,502$ ) i razvoj tjelesnih sposobnosti ( $r= 0,544$ ) te zagovarati sport kao način života ( $r=0,398$ ). Da sport povezuje i razvoj tijela, ali i djeluje odgojno potvrđuje snažna pozitivna povezanost između ovih tvrdnji ( $r=0,674$ ) (Slika 1.). Merkel (2013) navodi navedene pozitivne uloge sporta koje su također holistički usmjerene na fizičke, psihičke i socijalne. Eime, Young, Harvey, Chartiy i Payne (2013) također dolaze do rezultata da sudjelovanje u sportu može imati pozitivan utjecaj na različite aspekte psihološkog i socijalnog razvoja, kao što su samopoštovanje, samopouzdanje, socijalne vještine, tjelesna slika i emocionalno blagostanje. Također, ističu važnost pružanja kvalitetnih sportskih programa i podrške kako bi se osigurali ovi pozitivni učinci.

Očekivano jaka statistička veza prisutna je između tvrdnji „Cilj sporta kod djece i mladih je razvoj tjelesnih sposobnosti“ i „Sport je odgojno sredstvo u promicanju vrijednosti“ gdje se isti broj ispitanika nije slagao sa navedenim tvrdnjama (1,9%). Nešto više ispitanika se slagao sa tvrdnjom „Cilj sporta kod djece i mladih je razvoj tjelesnih sposobnosti“. Treba međutim vidjeti, koliko će odgojne mjere samih trenera utjecati na zdrav psihofizički razvitak mladog sportaša (Slika 1).

Slika 1. Distribucija rezultata za tvrdnje „Cilj sporta kod djece i mladih je razvoj tjelesnih sposobnosti“ i „Sport je odgojno sredstvo u promicanju vrijednosti“



Kako bi se utvrdila konzistentnost stavova ispitanika/ca, napravljena je matrica korelacije čestica za ovaj mjerni instrument. Koristio se najprije test bivarijatne korelacije, a rezultati su prikazani u Tablici 3. (Pearsonov koeficijent korelacije te značajnost). Pokazalo se da je velik broj čestica statistički značajno povezan sa ostalima. Prema tome možemo zaključiti kako je uloga sporta kod djece i mladih slojevita i kompleksna te da prema mišljenju trenera ne postoji jedan cilj koji prevladava. Stručnjaci su svjesni da sport ima sveobuhvatan utjecaj na razvoj pojedinca, uključujući tjelesnu, socijalnu, emocionalnu i društvenu komponentu (Badrić i Prskalo, 2011; Pletenac i Breslauer, 2018). Shvaćanje sporta kao sveobuhvatnog razvojnog procesa naglašava njegovu važnost u podršci holističkom napretku pojedinca. Uključivanje svih navedenih komponenti pruža sveobuhvatan pristup razvoju sportaša, koji prepoznaje da sport nije samo fizička aktivnost, već i sredstvo za razvoj mnogih važnih aspekata života. U Tablici 3 su izdvojene korelacije koje su se pokazale statistički značajne na razini  $p < 0,05$  i  $p < 0,01$ .

Tablica 3. Tablica konzistentnosti stavova ispitanika

Dob	Dob	Stož	Socijalne vještine	Profesionalizam	Natjecanje	Tjelesni razvoj	Zabava	Vrijednosti	Nacin života	Svakodnevnica
Stož	1	,855**								,194*
Socijalne vještine		1				,284**		,270**	,282**	,248**
Profesionalizam			1			,544**	,502**	,659**	,398**	,331**

Natjecanje				1	,430**	,239*			,248*	,205*
Tjelesni razvoj					1	,230*			,198*	
Zabava						1	,593**	,674**	,618*	,523**
Vrijednosti							1	,660**	,559*	,368**
Način života								1	,576*	,481**
Svakodnevni ca									1	,685**

\*p<0,05

\*\*p<0,01

Prva hipoteza u potpunosti je prihvaćena, jer su ispitanici u velikoj mjeri pokazali slaganje s tvrdnjama koje promiču sport kao zabavu kroz koju se gradi ličnost sportaša, te neslaganje sa tvrdnjama da su natjecanje i razvoj profesionalnih sportaša cilj bavljenja sportom. Ovakav zaključak se ne razlikuje od istražene literature koja naglašava promicanje sporta, pogotovo kod djece i mladih, u smjeru zabave, igre te pozitivnog sveobuhvatnog razvoja ličnosti (Đonlić, Marušić-Štimac i Smojver-Ažić, 2005; Krželj, 2009; Witt i Dangi, 2018 i dr.).

## 7.2. Sport kao zaštitni/rizični faktor

U Tablici 4 prikazani su odgovori na tvrdnje koje se odnose na mišljenje trenera o smanjenju/povećanju rizičnih ponašanja kod djece i mladih tijekom bavljenja sportom.

Tablica 4.: Sport i razvoj rizičnih ponašanja

R.br.	Tvrdnja	1	2	3	4	5	M	SD
1	Bavljenje sportom smanjuje rizik od uključivanja u kockarske aktivnosti.	4,6	19,4	25	30,6	20,4	3,43	1,154
2	Bavljenje sportom smanjuje rizik od pojave vršnjačkog nasilja.	2,8	10,2	25,9	36,1	25	3,7	1,044
3	Bavljenje sportom smanjuje rizik od konzumacije alkohola.	4,6	16,7	29,6	29,6	19,4	3,43	1,121
4	Bavljenje sportom smanjuje rizik od pojave seksualno rizičnih ponašanja. (neželjene trudnoće, razvijanje spolno prenosivih bolesti, ne korištenje kontracepcije, rano ulaženje u spolne odnose, često mijenjanje spolnih partnera)	35,2	21,3	27,8	9,3	6,5	3,27	1,019
5	Bavljenje sportom povećava rizik od konzumacije cigareta.	42,6	26,9	19,4	8,3	2,8	2,02	1,102

6	Bavljenje sportom smanjuje rizik od konzumacije marihuane	5,6	13,9	16,7	40,7	23,1	3,62	1,15
7	Bavljenje sportom povećava rizik od istovremene pojave više rizičnih ponašanja. (rizično seksualno ponašanje, kockanje, internetsko nasilje, konzumacija alkohola, cigareta, marihuane itd.).	35,2	21,3	27,8	9,3	6,5	2,31	1,226
8	Bavljenje sportom razvija otpornost na životno stresne situacije.	1,9	3,7	27,8	37	29,6	3,89	0,941
9	Bavljenje sportom razvija pozitivnu sliku o sebi.	1,9	1,9	16,7	45,4	34,3	4,08	0,866
10	Bavljenje sportom razvija samopoštovanje.	1,9	2,8	8,3	50,9	36,1	4,17	0,837
11	Pozitivna klima na treningu smanjuje pojavu rizičnih ponašanja.	0,9	1,9	10,2	26,9	60,2	4,44	0,823
12	Trener je važan čimbenik kod pojave rizičnih ponašanja.	3,7	4,6	10,2	32,4	49,1	4,19	1,043

Na vrhu pozitivnih benefita bavljenja sportom neprijeporno je tvrdnja da pozitivna klima na treningu smanjuje pojavu rizičnih ponašanja kojoj su treneri poklonili najviše povjerenja ( $M=4,44$ ,  $SD=0,823$ ). Naime, prema toj tvrdnji samo je 10,2% ispitanika bilo indiferentno, 1,8% se nije slagalo sa njom, dok se ostatak ispitanika neupitno priklonio tvrdnji. Rosario de Guzman (2014) je prepoznala pozitivnu klimu kao jedan od izvan obiteljskih faktora koji pripada u zaštitni čimbenik prevencije.

Bavljenje sportom povećava samopoštovanje adolescenata, što ih čini manje podložnim negativnom utjecaju vršnjaka (Adachi i Willoughby, 2014) što su zaključili i ispitanici iskazavši visoko slaganje sa tvrdnjom od 87,0% ( $M=4,17$ ,  $SD=0,837$ ). Sa samopoštovanjem je vrlo usko i pozitivno povezana i tvrdnja da bavljenje sportom razvija pozitivnu sliku o sebi, pa će djeca sportaši koja imaju pozitivnu sliku o sebi ( $M=4,08$ ,  $SD=0,866$ ) imati i veće samopoštovanje ( $r=0,844$ ), te biti otpornija na životno stresne situacije ( $r=0,712$ ). Ipak, unatoč visokoj korelaciji između ovih tvrdnji, treneri su iskazali svoje slaganje u nešto manjem postotku, jer ih se dvije trećine složilo sa tom tvrdnjom, dok je dvostruko manje ispitanika izrazilo indiferentan stav ili se ne slaže sa tvrdnjom. Djeca koja su otpornija na stresne situacije u manjoj mjeri će biti uključena u vršnjačko nasilje ( $r=0,652$ ). Nastavno na rezultate, možemo povezati dva teorijska oblika otpornost i teorija pozitivnog razvoja i dobrobiti sa sportom. Treneri kroz sport mogu uključiti elemente iz navedenih teorijskih pravaca. Otpornost i teorija pozitivnog razvoja i dobrobiti su usmjereni na samoregulaciju kroz sustavno podržavanje usmjereno na postavljanju ciljeva, proaktivnosti i preuzimanju

odgovornosti (Novak, Ferić, Kranželić i Mihić, 2019). Važno je naglasiti da otpornost nije apsolutna, već ovisi o raznim čimbenicima kao što su prisutnost socijalne podrške, sposobnost uočavanja smisla života i pojedinih doživljaja, samopoštovanje, smisao za humor i drugi faktori. Koncept otpornosti stavlja naglasak na pozitivne strane pojedinaca i zajednice te je ključan za uspješnu prevenciju (Doležal, 2006). Otpornost se shvaća kao koncept koji ističe snage i pozitivne karakteristike, pružajući temelj za uspješnu prevenciju i dobrobit. Treneri su prepoznali važnost sporta u razvijanju pozitivne slike o sebi, samopoštovanja i otpornosti kod djece i mladih. Daljnji korak u istraživanjima bio bi istražiti koje su konkretne strategije za postizanje navedenih elemenata ili primjeri dobre prakse, kako bi treneri mogli učiti o novim metodama koje mogu implementirati u svoj rad.

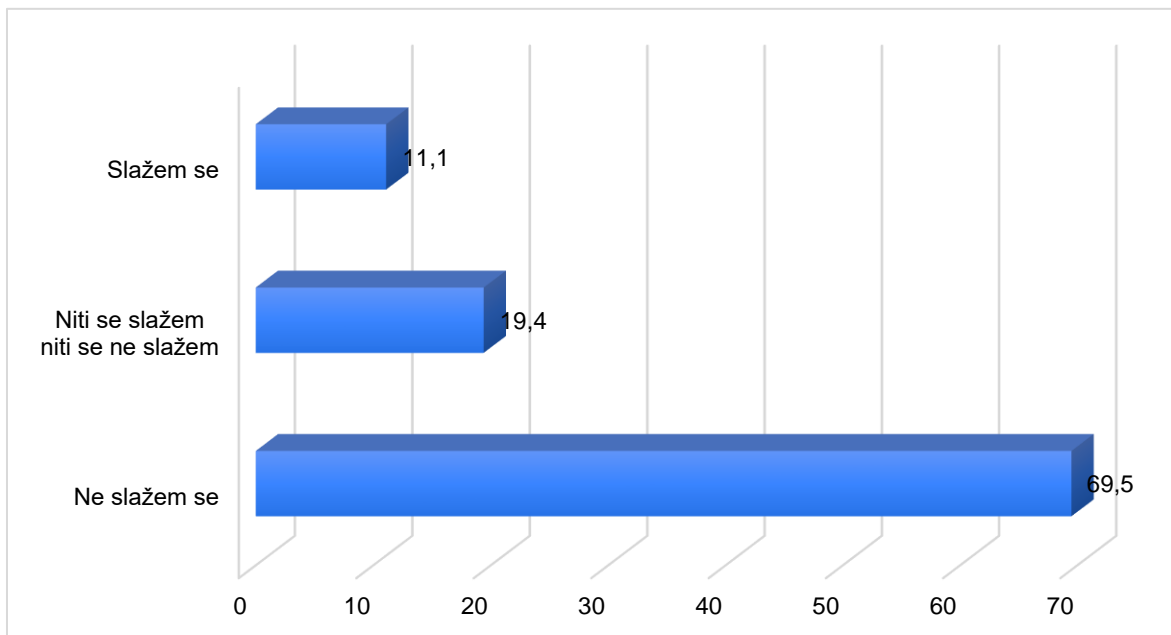
Sport pridonosi povezivanju s osobama koje se bave sportskim aktivnostima (treneri, suci, stariji sportaši, vršnjaci). Oni su dio okoline koja utječe na razvoj ličnosti djece i mladih (Livazović i Vranješ, 2012), a to su prepoznali i sami ispitanici koji su deset puta više izrazili slaganje sa tvrdnjom da je trener važan čimbenik kod pojave rizičnih ponašanja od onih ispitanika koji se nisu složili s tom tvrdnjom, dok je trećina ispitanika ostala neutralnog stava pri toj tvrdnji ( $M=4,19$ ,  $SD=1,043$ ). Treneri zbog svoje značajne uloge bi trebali biti stručni u području prevencije rizičnih ponašanja. Kroz edukaciju i informiranje, trener može pomoći sportašima u razumijevanju rizika i posljedica rizičnih ponašanja te ih motivirati da donose zdrave i odgovorne odluke. Trener također može poticati sportaše na razvoj vještina upravljanja emocijama, samokontrole i komunikacije, što može pridonijeti smanjenju rizičnih ponašanja. (Matijašević i Maglica, 2022). Lukić (2004) navodi sportsku pedagogiju kao novu interdisciplinarnu granu koja može pružiti odgovarajuću podršku trenerima u svojem radu.

Stavovi ispitanika prema tvrdnjama koje se odnose na rizična ponašanja su neutralni. Najskloniji su tvrdnji da bavljenje sportom smanjuje rizik od pojave vršnjačkog nasilja ( $M=3,7$ ,  $SD=1,044$ ) sa kojom se složilo 61,1% ispitanika, dok se sa tvrdnjom ne slaže pet puta manje ispitanika. Vršnjačko nasilje je pak pozitivno povezano sa konzumacijom alkohola ( $r=0,660$ ), iako se sa tvrdnjom da bavljenje sportom smanjuje rizik od konzumacije alkohola složila tek polovina ispitanika ( $M=3,43$ ,  $SD=1,121$ ) što je na tragu istraživanja Kwan i sur. (2014) da je bavljenje sportom povezano s prekomjernom konzumacijom alkohola, što je posredovano interakcijom s vršnjacima i navikom korištenja alkohola za proslavu uspjeha u mnogim sportovima, osobito momčadskim. Konzumacija alkohola je povezana sa kockanjem ( $r=0,675$ ), koje također vodi do vršnjačkog nasilja ( $r=0,641$ ). Tvrdnju da bavljenje sportom smanjuje rizik od uključivanja u kockarske aktivnosti ne podržava podjednaki četvrtina

ispitanika koliko ih je i indiferentno prema navedenoj tvrdnji ( $M=3,43$ ,  $SD=1,154$ ). Ispitanici se slažu da (63,8%) da bavljenje sportom smanjuje rizik od konzumacije marihuane ( $M=3,62$ ,  $SD=1,150$ ) Ipak, samo se 15,8% ispitanika složilo sa tvrdnjom da bavljenje sportom smanjuje rizik od pojave seksualno rizičnih ponašanja. (neželjene trudnoće, razvijanje spolno prenosivih bolesti, ne korištenje kontracepcije, rano ulaženje u spolne odnose, često mijenjanje spolnih partnera) ( $M=3,27$ ,  $SD=1,019$ ) te su tu tvrdnju ispitanici rangirali kao najmanje neovisnu o bavljenju sportom. Rezultati odražavaju mišljenje trenera u istraživanju i ukazuju na potrebu za dodatnim intervencijama ili edukacijom kako bi se promoviralo zdravo seksualno ponašanje i svijest o potencijalnim rizicima u kontekstu sportske aktivnosti.

Očekivano, najmanje ispitanika misli da bavljenje sportom povećava rizik od konzumacije cigareta. ( $M=2,02$ ,  $SD=1,102$ ). Sa tom se tvrdnjom slaže tek svaki dvadeset i peti ispitanik, dok tvrdnju ne podržava dvije petine ispitanika, pa je razvidno da je nepušenje, i nesudjelovanje u vršnjačkom nasilju najpozitivniji aspekt u prevenciji rizičnih ponašanja (Slika 2).

Slika 1. Distribucija rezultata za tvrdnju „Bavljenje sportom povećava rizik od konzumacije cigareta“



Iako je prema mišljenju ispitanih trenera nepušenje, i nesudjelovanje u vršnjačkom nasilju najpozitivniji aspekt u prevenciji rizičnih ponašanja potrebno je u daljnja istraživanja uključiti „suvremenije“ oblike rizičnih ponašanja. ESPAD (2019) izvješća otkrivaju novi trend u pušenju tzv. e-cigareta. U istraživanju nisu uključene e- cigarete. Za daljnja



istraživanja potrebno je uključiti ovu vrstu cigarete zbog porasta trenda pušenja te vrste cigarete kod djece i mladih. Nadalje, Vejmelka, Strabić i Jazvo (2017) navode činjenicu porasta internetskog nasilja. Iz tog razloga, kao daljnja preporuka istraživanja je uključivanje ove vrste rizičnog ponašanja.

Tablica 5.: Organizacija te partnerstvo s roditeljima u sportu djece i mladih

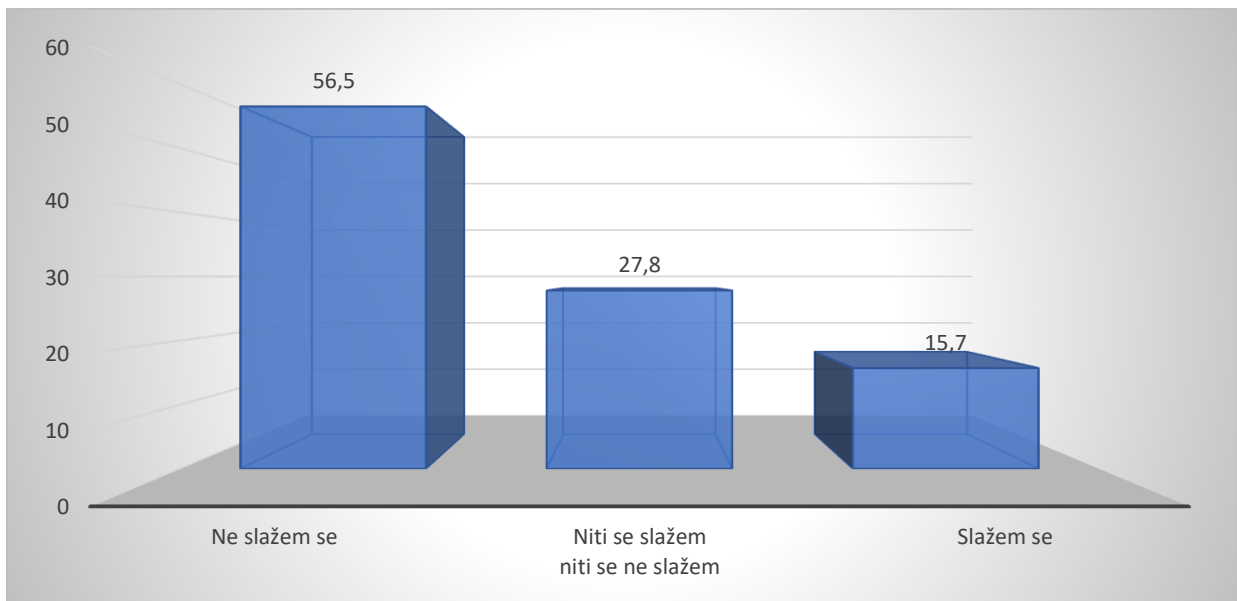
R.br.	Tvrdnja	1	2	3	4	5	M	SD
1	Sport omogućava sportašu adekvatnu organizaciju slobodnog vremena.	2,8	6,5	23,1	30,6	37	3,93	1,056
2	Potrebna je trenerova priprema u organizaciji treninga.	0,9	1,9	5,6	20,4	71,3	4,59	0,762
3	Važno je razvijati partnerski odnos s roditeljima.	3,7	9,3	25,9	34,3	26,9	3,71	1,077

Bavljenje sportskim aktivnostima neminovno udaljava mlade od devijantnih ponašanja kako ne bi ugrozili svoj status sportaša. Osim toga, nedvojbeno je da pravila i vrijednosti u sportu doprinose poštivanju društvenih norma i da prema teoriji rutinske aktivnosti Cohena i Felsona (1979) uključenost u sportske aktivnosti ostavlja malo vremena za delinkvenciju, ali sport omogućava sportašu adekvatnu organizaciju slobodnog vremena ( $M=3,93$ ,  $SD=1,056$ ). Mlinarević i Gajger (2010) upozoravaju na pasivnost djece i mladih u organiziranju vlastitog vremena u suvremenom svijetu. Prema mišljenju trenera sportaši su sposobni organizirati vlastito vrijeme, 91,7% trenera mišljenja je da je u organizaciji treninga potrebna trenerova priprema ( $M=4,59$ ,  $SD=0,762$ ) što povoljno zatim utječe i na sportaševu organizaciju slobodnog vremena ( $r=0,450$ ) bilo kroz način da sportaš empirijski uči o organizaciji ili mu adekvatnim iskorištavanjem vremena omogućuje više vremena za sebe. Sport stoga može biti alat koji će služiti da djeca i mladi postanu aktivni organizatori vlastitog slobodnog vremena. Garland i Barry (1990) tvrde da se treneri demokratičnije ponašaju u pripremnom i manje stresnom razdoblju sezone, a autokratičnije u natjecateljskom periodu i kod kriznih situacija kada sportašima treba više rukovođenja. Uloga trenera je, vidljivo iz priloženoga, multidisciplinarna, a jedan od zadataka trenera je i da osvijesti roditelje da podržavaju često naporan i pun odricanja, sportski put djeteta sportaša. Međutim, da je važno razvijati partnerski odnos s roditeljima misli tek 61,2% trenera, dok ih je nešto više od trećine suzdržano ( $M=3,71$ ,  $SD=1,077$ ). Često razlog tomu mogu biti i taj da roditelj preko djece iskazuje vlastite ambicije i ne pokazuje poštovanje prema treneru. Izostanak suradnja s roditeljima može dovesti do razvoja rizičnih ponašanja (Zloković i Vrcelj, 2010) te je iz tog

razloga neophodno razvijanje suradničkih odnosa s roditeljima kroz sport. Rješenje možemo pronaći u jasnom definiranju uloge roditelja u sportu te očekivanja koje trener i klub imaju prema roditeljima i obrnuto.

Očekivano, postoji jak sinergistički efekt bavljenja sportom, jer se ispitanici ne slažu sa tvrdnjom da bavljenje sportom povećava rizik od istovremene pojave više rizičnih ponašanja. (rizično seksualno ponašanje, kockanje, internetsko nasilje, konzumacija alkohola, cigareta, marihuane itd.) ( $M=2,31$ ,  $SD=1,226$ ) (Slika 3.). Višestruka rizičnih ponašanja povezana su s ranim pokazivanjima znakova rizičnih ponašanja kod djece mlađe dobi (Hale i Viner, 2016). Integriranjem ove dvije spoznaje treba obratiti pozornost na mlađu djecu u sportu te im pružiti odgovarajuće sportske aktivnosti koje će preventivno djelovati na njihovu budućnost.

Slika 3. Distribucija rezultata za tvrdnju „Bavljenje sportom povećava rizik od istovremene pojave više rizičnih ponašanja. (rizično seksualno ponašanje, kockanje, internetsko nasilje, konzumacija alkohola, cigareta, marihuane itd.)“



Iz navedenog može se potvrditi Hipoteza 3. Sport nije prema mišljenju trenera rizični faktor u razvoju rizičnih ponašanja kod djece i mladih (sportaša) prema stavu trenera te Hipoteza 4. Sport je prema mišljenju trenera zaštitni faktor u razvoju rizičnih ponašanja kod djece i mladih (sportaša).

### 7.3. Kompetencije trenera u prevenciji rizičnih ponašanja

Deskriptivnom analizom dobivenih rezultata možemo vidjeti da su svih 8 dimenzija pedagoških kompetencija prema Jurčić (2014) u prevenciji rizičnih ponašanja (osobna kompetencija, komunikacijska kompetencije, analitička kompetencije, socijalna

kompetencije, emocionalna kompetencije, interkulturalna kompetencije, razvojna kompetencije, vještina u rješavanju problema) podjednako bitne (Tablica 6) za ispitanike.

Tablica 6.: Kompetencije trenera u prevenciji rizičnih ponašanja

R.br.	Tvrdnja	1	2	3	4	5	M	SD
1	Za prevenciju rizičnih ponašanja potrebno je uvažavanje individualnih osobina svakog sportaša.	1,9	0,9	22,2	33,3	41,7	4,12	0,914
2	Za prevenciju rizičnih ponašanja potrebno je da sportaši i ja zajedno komuniciramo o treninzima, nakon takmičenja, situacijama u svlačionici i sl.	1,9	1,9	15,7	34,3	46,3	4,21	0,907
3	Za prevenciju rizičnih ponašanja potrebno je da analiziram cjelokupni trenažni proces (Kakva je realizacija ciljeva, jesu li sportaši motivirani i sl.).	0,9	8,3	15,7	38	37	4,02	0,976
4	Prevenciju rizičnih ponašanja potrebno je utemeljiti na vlastitoj sposobnosti suradnje i timskog rada.	0,9	5,6	13,9	48,1	31,5	4,04	0,875
5	Za prevenciju rizičnih ponašanja potrebna je emocionalna pismenost (sposobnost pojedinca da osvijesti vlastite i tuđe emocije te da se može nositi s njima).	0,0	3,7	14,8	31,5	50	4,28	0,852
6	Za prevenciju rizičnih ponašanja potrebno je poznavanje i poštovanje drukčijih stilova života sportaša, njihovih vrijednosti, vjerovanja, tradicija, običaja, stereotipa.	0,9	2,8	25	25,9	45,4	4,12	0,944
7	Za prevenciju rizičnih ponašanja potrebno je težiti nadopuni svoje kompetentnosti novim znanjem, sposobnostima, vrijednostima i novom motivacijom stalnim učenjem.	0,9	2,8	10,2	27,8	58,3	4,4	0,853
8	Za prevenciju rizičnih ponašanja potreban je trenerov pozitivan stav prema rješavanju problema.	1,9	0,9	13	26,9	57,4	4,37	0,882
9	Posjedujem dovoljno znanja i vještina da reagiram na pojavu rizičnih ponašanja	4,6	9,3	23,1	45,4	17,6	3,62	1,03
10	Jačanjem vlastitih trenerovih kompetencija može pomoći u prevenciji rizičnih ponašanja sportaša.	1,9	0,9	10,2	25	62	4,44	0,857

Najsnažniju potporu ispitanici su dali tvrdnji „Jačanjem vlastitih trenerovih kompetencija može pomoći u prevenciji rizičnih ponašanja sportaša“ sa kojom se složilo 87,0% ispitanika što potvrđuje brojna istraživanja, poput Solomona (2001) da je trener najvažniji čimbenik sportaševa uspjeha.

Nedvojbeno, ispitanici se slažu da je uz razvoj kompetencija najbitnija razvojna kompetencija (M=4,40, SD=0,853) jer se podjednak broj ispitanika (86,1%) slaže sa tvrdnjom

da je za prevenciju rizičnih ponašanja potrebno težiti nadopuni svoje kompetentnosti novim znanjem, sposobnostima, vrijednostima i novom motivacijom stalnim učenjem. Zanimljivo, dok istovremeno posjeduju želju za novim znanjima, kao najmanje bitnu komponentu treneri su izdvojili tvrdnju „Posjedujem dovoljno znanja i vještina da reagiram na pojavu rizičnih ponašanja,, (M=3,62, SD=1,030). Iako pokazuje visoku koreliranost sa drugim komponentama, tvrdnja da trener posjeduje dovoljno znanja i vještina da reagira na pojavu rizičnih ponašanja najmanje utječe na sve ostale komponente što se nadovezuje na Westera (2001) i Palekčić (2014), koji obojica tvrde kako posjedovanje znanja i vještina nije jamstvo za učinkovito djelovanje u kompleksnim okolnostima.

Trenerov pozitivan stav prema rješavanju problema. (M=4,37, SD=0,882) koju podržava 84,3% ispitanika u skladu je sa Wester (2001) koji ističe kako su potrebna dodatna obilježja poput posebnih sposobnosti, stavova, samopouzdanja i motivacije.

Kao jedna od bitnijih komponenti za prevenciju rizičnih ponašanja ispitanici su naveli emocionalnu i komunikacijsku kompetenciju. Naime, četiri puta više trenera misli da je za prevenciju rizičnih ponašanja potrebno da zajedno sa sportašima komunicira o treninzima, nakon takmičenja, situacijama u svlačionici i sl. od onih koji su indiferentni prema toj tvrdnji (15,7%) ili se ne slažu s njom (3,8%) (M=4,21, SD=0,907). Zajednička komunikacija trenera sa sportašima pozitivno će utjecati na socijalnu kompetenciju ( $r=0,685$ ). Istraživanja potvrđuju dobivene rezultate. Pozitivna komunikacija detektirana je kao važna komponenta u prevenciji rizičnih ponašanja. Temelj uspješne provedbe prevencije označava pozitivnu komunikaciju između voditelja programa prevencije i djece i mladih (Rosario de Guzman, 2014). Kvalitetna komunikacija između trenera i sportaša može poboljšati razumijevanje, podršku i izgradnju povjerenja jer se na taj način omogućuje sportašima da se izraze, postave pitanja, dobiju jasne upute i razumiju očekivanja. Također, otvorena komunikacija omogućuje trenerima da prepoznaju znakove potencijalnih rizičnih ponašanja i interveniraju na vrijeme. Tvrdnju „ Prevenciju rizičnih ponašanja potrebno je utemeljiti na vlastitoj sposobnosti suradnje i timskog rada“ podržava 79,6% ispitanika, dok 4,7% više ispitanika se slaže sa tvrdnjom „ Za prevenciju rizičnih ponašanja potrebna je emocionalna pismenost (sposobnost pojedinca da osvijesti vlastite i tuđe emocije te da se može nositi s njima)“. Rješavanje problema pozitivno utječe na razvojnu kompetenciju ( $r=0,771$ ) i komunikacijsku kompetenciju ( $r=0,706$ ). Trener koji ima veću vlastitu sposobnost suradnje i timskog rada, u većoj će mjeri uvažavati individualnih osobina svakog sportaša ( $r=0,706$ ) što će posredno utjecati na kvalitetniju zajedničku komunikaciju sa sportašem o treninzima i takmičenjima ( $r=0,662$ ). Jačanje pedagoškog takta koji opisuje Jurčić (2014) kao način reagiranja u

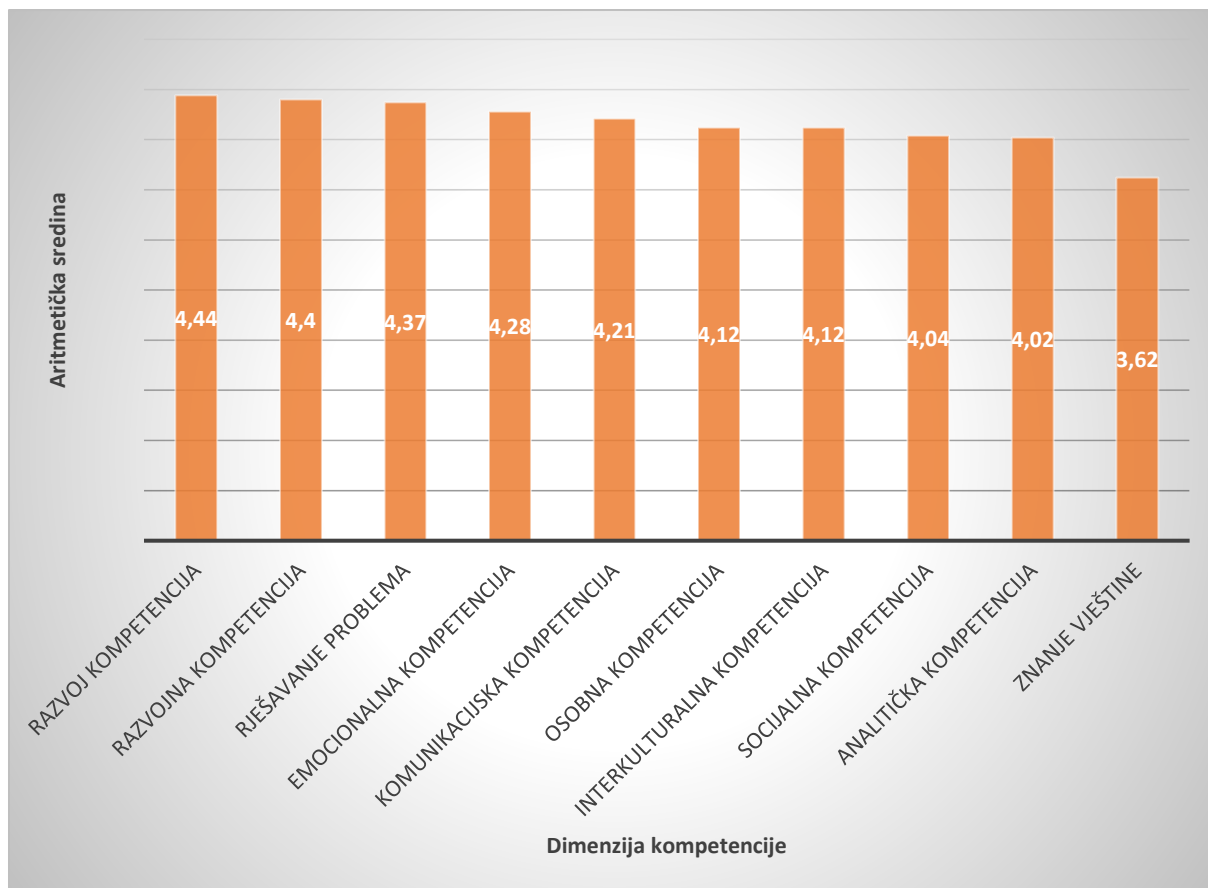
određenim situacijama, a sadržava sve navedene kompetencije može pomoći treneru u prevenciji rizičnih ponašanja.

Emocionalno pismeniji pojedinci ( $M=4,28$ ,  $SD=0,852$ ) u većoj će mjeri podržavati alternativne načine života sportaša ( $r=0,687$ ). Međutim, tvrdnju da je za prevenciju rizičnih ponašanja potrebno poznavanje i poštovanje drukčijih stilova života sportaša, njihovih vrijednosti, vjerovanja, tradicija, običaja, stereotipa ( $M=4,04$ ,  $SD=0,875$ ) podržava najmanje ispitanika (71,3%). Pavićević (2014) navodi važnost individualnih karakteristika kod razvoja rizičnih ponašanja. Stoga je važno osvješćivanje trenera koliko je zapravo potrebno poznavanje i poštovanje drukčijih stilova života sportaša, njihovih vrijednosti, vjerovanja, tradicija, običaja i stereotipa.

Treneri su mišljenja da na prevenciju rizičnih ponašanja najmanje utječe analitička komponenta, analiza cjelokupnog trenažnog procesa (Kakva je realizacija ciljeva, jesu li sportaši motivirani i sl.) ( $M=4,02$ ,  $SD=0,976$ ) prema sa kojom se slaže tri puta više ispitanika nego ne slaže ili je neutralno prema tvrdnji ali i socijalna komponenta ( $M=4,04$ ,  $SD=0,875$ ). Stručnjaci poput Matijašević i Maglica (2022) smatraju da je analitička komponenta važna zbog bolje organizacijske usmjerenosti aktivnosti. Refleksija na cjeloukupni trenažni proces može treneru pomoći da trener sagleda koliko je njegov rad uspješan te vode li određeni načini rada ostvarenju ciljeva. Nadalje, kako bi se prevencija rizičnih ponašanja pozitivno ostvarila, Livazović i Vranješ (2012) ukazuju na važnost praćenja procesa prevencije kroz jasno definiranje, klasifikaciju, kontinuirano evidentiranje i praćenje te dokumentiranje ključnih obilježja fenomena što su upravo elementi analitičke kompetencije. Rezultati istraživanja stvaraju prostor za daljnje osvješćivanje važnosti analitičke kompetencije u radu trenera.

Na slici 4. rangirane su pedagoške kompetencije (Jurčić, 2014) s obzirom na važnost prema mišljenju ispitanih trenera. Rangiranje ide s lijeva na desno, pri čemu su s lijeva označene kompetencije koje su treneri ocijenili kao važnije.

Slika 4. Rangirane dimenzije kompetencija prema mišljenju ispitanika



U Tablici 7 prikazane su korelacije svih 8 dimenzija pedagoških kompetencija prema Jurčić (2014): osobna kompetencija, komunikacijska kompetencije, analitička kompetencije, socijalna kompetencije, emocionalna kompetencije, interkulturalna kompetencije, razvojna kompetencije, vještina u rješavanju problema te čestice koje se odnose na tvrdnje „Posjedujem dovoljno znanja i vještina da reagiram na pojavu rizičnih ponašanja“ (Znanje i vještine) i „Jačanjem vlastitih trenerovih kompetencija može pomoći u prevenciji rizičnih ponašanja sportaša“ (Razvoj kompetencija).

Rezultati pokazuju kako su treneri osviješteni učinka različitih vlastitih kompetencija po pitanju prevencije rizičnih ponašanja te nisu zanemarili niti jednu dimenziju.

Tablica 7.: Tablica korelacija trenerskih kompetencija

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	1	,701**	,615**	,614**	,689**	,600**	,693**	,721**	,516**	,623**		,290**
2		1	,745**	,685**	,612**	,624**	,662**	,706**	,587**	,562**		,229*
3			1	,733**	,589**	,565**	,642**	,654**	,463**	,493**		,207*
4				1	,714**	,651**	,644**	,685**	,524**	,613**		,290**
5					1	,597**	,746**	,633**	,441**	,648**		
6						1	,682**	,687**	,538**	,707**		,265**

7							1	,771**	,557**	,778**		,215*
8								1	,578**	,720**		,272**
9									1	,542**	,231*	,332**
10										1		,248**
11											1	,855**
12												1

\*p<0,05

\*\*p<0,01

Legenda:

- 1-Osobna kompetencija;
- 2-Komunikacijska kompetencija;
- 3-Analitička kompetencija;
- 4-Socijalna kompetencija;
- 5-Emocionalna kompetencija;
- 6-Interkulturalna kompetencija;
- 7-Razvojna kompetencija;
- 8-Rješavanje problema;
- 9-Znanje vještine;
- 10-Razvoj\_kompetencija;
- 11-Godine starosti;
- 12-Trenerski staž

Najviši stupanj korelacije vidljiv je u tvrdnjama „Za prevenciju rizičnih ponašanja potrebno je težiti nadopuni svoje kompetentnosti novim znanjem, sposobnostima, vrijednostima i novom motivacijom stalnim učenjem.“ te „Jačanjem vlastitih trenerovih kompetencija može pomoći u prevenciji rizičnih ponašanja sportaša.“ Iz toga možemo zaključiti kako su treneri prepoznali neophodnost potrebe za vlastitim jačanjem i nadopuni kompetencija. Livazović i Vranješ (2012) potvrđuju potrebu za razvijanje pedagoških kompetencija osoba koje rade s djecom i mladima u svrhu provedbe kvalitetne pedagoške prevencije. Varijabla Razvojna kompetencija pokazuje snažnu pozitivnu korelaciju s varijablom Godine starosti. To može ukazivati na činjenicu da se razvojne kompetencije mijenjaju i razvijaju s godinama sukladno s dobivanjem iskustva u radu. Trenerski staž nije izravno korelirana s drugim varijablama u tablici. To sugerira da trenerski staž nema snažnu vezu s ostalim aspektima kompetencija koje su obuhvaćene u istraživanju.

#### 7.4.Preporuke za poboljšanje prakse

Ispitanici su zamoljeni da u posljednjem pitanju, koje je otvorenog tipa, navedu prijedloge za poboljšanje trenerove prakse u području prevencije rizičnih ponašanja kod sportaša (djece i mladih). 35 ispitanika je dalo svoje odgovore. Odgovori su grupirani u 8 kategorija radi lakše analize rezultata: edukacija, osvješčivanje odgovornosti, jačanje komunikacijskih vještina, partnerstvo, osvješčivanje utjecaja tehnologije te učenje pomoću tuđih iskustva.

Kategorija edukacije uključuje najviše odgovora kao na primjer: „*Obavezne edukacije trenera od strane psihologa, pedagoga i sličnih stručnih osoba!*“, „*Edukacija o prevenciji te kako reagirati kad nastupi rizično ponašanje, koji su korektivni faktori.*“, „*Provođenje radionica na tu temu, ali i na ostale teme i kontinuirani razvoj u tom pogledu.*“, „*Možda više edukacija, seminara, webinar, radionica.*“, „*Dodatne besplatne edukacije i razmjena iskustava među trenerima istih sportova. Samostalno proučavanje dodatne literature.*“, „*Veća usmjerenost na sportsku psihologiju-stjecanje dodatnih znanja trenera iz područja sportske psihologije djece i mladih. Mišljenja sam da se jako mali fokus i dalje stavlja na to područje.*“, „*Smatram da je cjeloživotno obrazovanje i učenje kroz praksu ključno za poboljšanje trenerove prakse...Stalni rad na sebi i proširivanje vlastitih znanja i vještina vrlo je važno.*“, „*Edukacije, seminari, ali koji su plaćeni od strane kluba.*“, „*Treneri nisu dovoljno educirani uopće o rizičnim ponašanjima, stoga edukacija trenera da on uopće zna koja je njegova uloga i na koji način pristupiti kada vide pojavu lošeg ponašanja.*“. Prema istraživanju Camiré i sur. (2014), treneri ističu važnost edukacije i cjeloživotnog obrazovanja. Kroz odgovarajuću edukaciju, treneri stječu znanja i vještine potrebne za prepoznavanje i upravljanje rizičnim situacijama te promicanje zdravog i pozitivnog ponašanja među sportašima. Također, edukacija trenera može im pomoći u razumijevanju čimbenika koji doprinose rizičnim ponašanjima te u primjeni strategija prevencije i intervencije. Kroz kontinuirano obrazovanje i praćenje novih istraživanja u području prevencije rizičnih ponašanja, treneri mogu osigurati da njihov rad bude informiran i usmjeren prema najboljim praksama, čime doprinose dobrobiti i sigurnosti svojih sportaša. Ispitanici su izdvojili kako edukacija treba biti besplatna ili plaćena od strane kluba. Što može biti dobra preporuka u stvaranju politika na razini sportskih klubova.

Kategorija osvješćivanje odgovornosti: „*Trener mora prihvatiti da i on/ona grijesi.*“, „*Rad na sposobnosti trenera da poslušaju i detaljno analiziraju tuđa mišljenja (ostalih trenera ili ljudi iskusnijih u istom sportu) vezana za trening ili određenog sportaša/sportašicu koja su izrečena u kontekstu savjeta te izvuku i implementiraju u vlastite treninge ono najbolje iz tih savjeta ako je to moguće.*“. Kompleksnost shvaćanja prevencije rizičnog ponašanja zahtijeva dugoročnu analizu i kontinuirane postupke u radu kako bi se spriječio njen razvoj (Mahmutović, 2015). Prvi korak u razmišljanju o prevenciji je identificiranje prioriteta djelovanja, odnosno identifikacija najzastupljenijih rizičnih čimbenika i najmanje zastupljenih zaštitnih čimbenika. Nakon toga slijedi planiranje konkretnih preventivnih aktivnosti, postavljanje ciljeva, definiranje odgovornih za provedbu aktivnosti te planiranje načina



praćenja i evaluacije. Važno je da cijeli proces bude znanstveno utemeljen te da se uzmu u obzir stvarne potrebe i dostupni resursi za operacionalizaciju plana (Nikčević-Milković i Rupčić, 2014).

Kategorija jačanja komunikacijskih vještina: „*Komunikacija sa djecom, razgovara s djecom i slušanje.*“, „*Individualni razgovori između mladih sportaša i trenera.*“, „*Smatram da je se trener koji radi sa djecom i mladim sportašima mora u cijelosti posvetiti tom radu, maksimalno iskoristiti svaki trenutak za kvalitetnu komunikaciju sa svojim sportašima! Pokušat sa njima komunicirati i razgovarati i o momentima izvan sportskog polja. Poseban akcenat staviti na usklađivanje njihovog života između obitelji, škole, sporta i ostalih aktivnosti i davati podstreh da se svi ti elementi maksimalno uvažavaju i čuvaju.*“. Osobe koje su izložene riziku trebaju imati mogućnost izražavanja svojih stavova, postavljati pitanja i dobiti relevantne informacije, ali također treba osigurati da im se pruže podrška, razumijevanje i smjernice za donošenje zdravih odluka (Rosario de Guzman, 2014).

Kategorija partnerstvo: „*Veća uključenost trenera u školski sistem.*“, „*Puno više suradnje sa roditeljima ukoliko to oni žele.*“, „*jačati suradnju s drugim institucijama i organizacijama koje su u kontaktu s djecom (partnerstva sa školom, drugim klubovima).*“. Neki od aspekata partnerstva koji su izdvojeni iz rezultata su: veća uključenost trenera u školski sustav. To podrazumijeva aktivno sudjelovanje trenera u obrazovnom kontekstu, suradnju s nastavnicima i školom te integraciju sportskih aktivnosti u školski program. Ova vrsta partnerstva može pridonijeti boljoj komunikaciji i razumijevanju između školskog sustava i sportskih klubova, te olakšati usklađivanje obrazovnih i sportskih ciljeva. Suradnja s roditeljima naglašava važnost otvorene i redovite komunikacije između trenera i roditelja. Treneri bi trebali biti otvoreni za suradnju i podršku roditelja te pružati informacije o napretku djeteta, ciljevima treninga i sudjelovanju u sportskim aktivnostima. Ova vrsta partnerstva može pridonijeti boljem razumijevanju i podršci djeteta u sportskom okruženju. Partnerstvo trenera s drugim institucijama, poput škola i drugih sportskih klubova, može pružiti dodatne resurse i podršku u prevenciji rizičnih ponašanja. Ova vrsta partnerstva omogućava dijeljenje znanja, iskustava i resursa te integraciju aktivnosti različitih organizacija u cilju zajedničkog cilja - zaštite djece i mladih od rizičnih ponašanja.. Općenito, partnerstvo u prevenciji rizičnih ponašanja prepoznata je važnost angažmana svih relevantnih dionika koji su u kontaktu s djecom i mladima. To uključuje trenera, nastavnike, roditelje, druge profesionalce u obrazovnom i sportskom sustavu te organizacije koje pružaju podršku djeci i mladima

(Antolić i Novak, 2016). Suradnja među tim dionicima omogućuje sveobuhvatan pristup prevenciji rizičnih ponašanja i stvaranje sigurnog i poticajnog okruženja za djecu i mlade.

Kategorija osvješćivanja utjecaja tehnologije: *„Svaka generacija novih mladih sportaša nosi nove izazove, način života djece i mladih se mijenja, danas je najveći problem odvojiti mladost od virtualne stvarnosti, mobiteli su jedna od pojava koje odvlače pozornost i koncentraciju sportaša sa sportskog fokusa, poneka čak i za vrijeme takmičenja.“*. Tehnologija i internet podrazumijevaju se u našu svakodnevicu, a zajedno s njima i negativne strane istih. Sve je više prisutno elektroničko nasilje, stoga je potrebno poticati odgovornu upotrebu moderne tehnologije uz izbor pozitivnih medijskih sadržaja (Vejmelka, Strabić i Jazvo, 2017). U sport je tako moguće uključiti tehnologiju na pozitivan način kroz na primjer: snimanje napretka u tehničkim elementima sporta putem videokamera, refleksije videosnimke natjecanja, pretraživanje interneta u korist učenja novih stvari u sportu itd. Trener tu ima odgovornost da potiče medijsku pismenost kod svojih sportaša.

Kategorija učenje pomoću tuđih iskustva: *„Pomoć starijih trenera koji su iskusniji mlađima u njihovom radu“, „Ostati u dobrim odnosima i kontaktu sa nekadašnjim takmičarima kroz dugi niz godina kako bi i oni bili primjer kvalitetnog odrastanja i formiranja u zdrave sudionike u društvu, bez obzira na nivo koji su u sportu postigli.“* . Preporuke mogu ići u smjeru zajedničkih refleksija, živih sportskih knjižnica i sl.

## 8. Zaključak

Pregledom neke od relevantne literature može se zaključiti kako je prevencija rizičnih ponašanja kompleksan fenomen koji zahtijeva multidisciplinarni i longitudinalni pristup. Ističu da se rizična ponašanja često javljaju zajedno, te je važno shvatiti da mladi koji se upuštaju u jedno rizično ponašanje imaju veću vjerojatnost da će se upuštati i u druge oblike rizičnih ponašanja. Preoblikovanje tih višestrukih rizičnih ponašanja zahtijeva holistički pristup koji se fokusira na razumijevanje i adresiranje zajedničkih faktora rizika.

Jedan od relevantnih dionika prevencije su sportski klubovi te djelatnici koji rade s djecom i mladima, kroz sportske aktivnosti slobodnog vremena. Sport može služiti kao dobar alat za sveobuhvatni razvoj i poticanje pozitivnih iskustava te na taj način sport može imati važnu odgojnu ulogu. Pedagogija sporta i rekreacije može biti dobar saveznik klubovima u pružanju odgovore za uspostavljanje ravnoteže između tijela i duha. Sport je kao i rizična ponašanja kompleksan fenomen te nije isključivo zaštitni ili rizični čimbenik. Pozitivni i negativni ishodi u sportu mogu objasniti: dizajnom programa i utjecajem odraslih. Iz tog razloga, potrebno je jačati kompetencije trenera kako bi on zna pravilno reagirati kod pojave rizičnog ponašanja. Kako bi se osigurao holistički pristup problemu potrebno je uključiti sportske pedagoge u rad sportskih klubova. Na taj način bi se pružila sustavnija i kvalitetnija podrška trenerima, ali i igračima.

Također, treneri su istaknuli da pozitivna atmosfera na treningu ima najveći utjecaj na smanjenje rizika od rizičnog ponašanja ( $M=4,44$ ,  $SD=0,823$ ).

Ukratko, prema mišljenju trenera, sport kod djece i mladih ima ciljeve koji se odnose na razvoj tjelesnih sposobnosti ( $M=4,48$ ,  $SD=0,704$ ), promicanje vrijednosti ( $M=4,42$ ,  $SD=0,775$ ), razvoj socijalnih vještina ( $M=4,19$ ,  $SD=0,901$ ) i zabavu ( $M=4,18$ ,  $SD=0,915$ ). Ispitanici nisu izrazili neslaganje s tvrdnjama da su natjecanje ( $M=2,67$ ,  $SD=1,059$ ) i razvoj profesionalnih sportaša ( $M=2,46$ ,  $SD=1,164$ ) ciljevi bavljenja sportom, već su pokazali neutralan stav prema tim tvrdnjama. Treneri također smatraju da sport nije rizični faktor u razvoju rizičnih ponašanja, već je zaštitni faktor. Treneri su prepoznali važnost pedagoške kompetencije, pri čemu se razvojna kompetencija smatra najvažnijom. Možemo zaključiti kako su ispitanici osviješteni kompleksnosti područja te važnosti razvijanja pedagoških kompetencija u svojem radu. Treneri iskazuju potrebu za edukacijom u ovom području te

jačanjem partnerstva s roditeljima (i drugim dionicima društva koji su u kontaktu s djecom i mladima). Smatram da je osviještenost te želja i otvorenost za razvojem dobar temelj za daljnje unaprjeđenje prakse. Kao potencijalni naredni korak za unaprjeđenje prakse trenera, može se razmotriti sustavnije inkorporiranje pedagoške perspektive u sportsko okruženje. Cilj je osigurati da analiza i rješavanje problema rizičnog ponašanja putem sportskih aktivnosti ne ostane samo na individualnoj razini. Unaprjeđenjem položaja trenera u društvu kroz osvještavanje javnosti o problemu može dovesti do rješavanja problema nedostatka ulaganja različitih resursa za područje sporta. Ovaj rad može poslužiti kao poticaj za aktiviranje ove transformacije. Kroz istraživanje i promociju veze između pedagoške komponente i sportskog okruženja, rad pruža osnovu za izgradnju sveobuhvatnijeg pristupa u prevenciji rizičnih ponašanja među djecom i mladima. Također, pomaže prepoznati važnost i utjecaj trenera kao ključnih aktera u tom procesu te potiče razvoj strategija za unaprjeđenje njihovog položaja u društvu, što bi dugoročno moglo pozitivno utjecati na rješavanje problema nedostatka resursa i podrške u sportskom sektoru.

Nedostaci istraživanja su usmjerenost na samo određene oblike rizičnih ponašanja, moguće uključiti i suvremene oblike poput internetskog nasilja, konzumacije e- cigareta i sl. Preporuke za daljnja istraživanja usmjerena su na ispitivanje mišljenja djece i mladih i drugih dionika koji su u izravnom kontaktu s njima te definiranje njihove uloge u prevenciji rizičnih ponašanja.

## Popis tablica i slika

### 8.1. Popis tablica

Redni broj	Naslov tablice	Stranica
1.	Utjecaj sporta na mlade sportaše	24
2.	Stavovi o sportu kod djece i mladih	39
3.	Tablica konzistentnosti stavova ispitanika	42
4.	Sport i razvoj rizičnih ponašanja	43
5.	Organizacija te partnerstvo s roditeljima u sportu djece i mladih	47
6.	Kompetencije trenera u prevenciji rizičnih ponašanja	49
7.	Tablica korelacija trenerskih kompetencija	52

### 8.2. Popis slika

Redni broj	Naslov slike	Stranica
1.	Distribucija rezultata za tvrdnje „Cilj sporta kod djece i mladih je razvoj tjelesnih sposobnosti“ i „Sport je odgojno sredstvo u promicanju vrijednosti“	42
2.	Distribucija rezultata za tvrdnju „Bavljenje sportom povećava rizik od konzumacije cigareta“	46
3.	Distribucija rezultata za tvrdnju „Bavljenje sportom povećava rizik od istovremene pojave više rizičnih ponašanja. (rizično seksualno ponašanje, kockanje, internetsko nasilje, konzumacija alkohola, cigareta, marihuane itd.)“	48
4.	Rangirane dimenzije kompetencija prema mišljenju ispitanika	52

## Literatura

1. Adachi, P. J., i Willoughby, T. (2014). It's not how much you play, but how much you enjoy the game: The longitudinal associations between adolescents' self-esteem and the frequency versus enjoyment of involvement in sports. *Journal of youth and adolescence, 43*, 137-145.
2. Ahmadovich, B. Z. (2022, March). Factors for developing socio-cultural competence of students in the process of professionalization (on the example of sports coaches). In *E Conference Zone* (pp. 107-109).
3. Antolić, B. i Novak, M. (2016). Promocija mentalnog zdravlja: Temeljni koncepti i smjernice za roditeljske i školske programe. *Psihologijske teme, 25* (2), 317-339. Preuzeto s <https://hrcak.srce.hr/161868>.
4. Arhiva podataka Zajednice sportova PGŽ. (2020). *Zajednica sportova Primorsko-goranske županije*. Preuzeto s <http://sport-pgz.hr/>.
5. Axford, N., Tredinnick-Rowe, J., Rybczynska-Bunt, S., Burns, L., Green, F., & Thompson, T. (2023). Engaging youth at risk of violence in services: Messages from research. *Children and Youth Services Review, 144*, 106713.
6. Badrić, M. i Prskalo, I. (2011). Participiranje tjelesne aktivnosti u slobodnom vremenu djece i mladih. *Napredak, 152* (3-4), 479-494.
7. Bailey, R., Cope, E. J., i 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).
8. Bašić, J. (2009). *Teorija prevencije: prevencija poremećaja u ponašanju i rizičnih ponašanja djece i mladih*. Zagreb: Školska knjiga.
9. Biolcati, R., Mancini, G., i Trombini, E. (2018). Proneness to boredom and risk behaviors during adolescents' free time. *Psychological reports, 121*(2), 303-323.
10. Bulajić, M. (2016). Marketing alkohola i alkoholizam mladih. *Medix-Specijalizirani medicinski dvomjesečnik*. Preuzeto s <https://www.medix.hr/marketing-alkohola-i-alkoholizam-mladih>.
11. Buljubašić Kuzmanović, V., Milašin, A. i Vranić, T. (2009). Ispitivanje učestalosti verbalne agresije kod djece i mladeži. *Život i škola, LV* (22), 116-141.
12. Camiré, M., Trudel, P., i Forneris, T. (2014). Examining how model youth sport coaches learn to facilitate positive youth development. *Physical Education and Sport Pedagogy, 19*(1), 1-17.

13. Chaiton, M., Dubray, J., Kundu, A., i Schwartz, R. (2022). Perceived impact of COVID on smoking, vaping, alcohol and cannabis use among youth and youth adults in Canada. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 67(5), 407-409.
14. Cohen, L. E., i Felson, M. (1979). Social change and crime rate trends: A routine activity approach. *American sociological review*, 588-608.
15. Doležal, D. (2006). Otpornost i prevencija poremećaja u ponašanju. *Hrvatska revija za rehabilitacijska istraživanja*, 42 (1), 87-103.
16. Duvnjak, N. i Lenkić, J.L. (2018). Pušenje kao društveni problem u kontekstu hrvatskog društva: stavovi i mišljenja odraslih i srednjoškolaca. *Crkva u svijetu*, 53 (2), 221-242.
17. Đonlić, V., Marušić-Štimac, O., i Smojver-Ažić, S. (2005). Odgojni aspekti sporta-slika o sebi i problemna ponašanja obzirom na uključenost i uspješnost djece u sportskim aktivnostima. *Zbornik radova VI konferencije o športu RZ Alpe-Jadran*, 197-204.
18. Eime, R. M., Young, J. A., Harvey, J. T., Charity, M. J., i Payne, W. R. (2013). A systematic review of the psychological and social benefits of participation in sport for children and adolescents: informing development of a conceptual model of health through sport. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 10(1), 98.
19. Fraser-Thomas, J. L., Côté, J., i Deakin, J. (2005). Youth sport programs: an avenue to foster positive youth development. *Physical Education & Sport Pedagogy*, 10(1), 19–40.
20. Garland, D. J., i Barry, J. R. (1990). Personality and leader behaviors in collegiate football: A multidimensional approach to performance. *Journal of research in personality*, 24(3), 355-370.
21. Giménez Lozano, J. M., & Morales Rodríguez, F. M. (2022). Systematic review: Preventive intervention to curb the youth online gambling problem. *Sustainability*, 14(11), 6402.
22. Gould, D., i Carson, S. (2011). Young athletes perceptions of the relationship between coaching behaviors and developmental experiences. *International Journal of Coaching Science*, 5(2), 3-29.
23. Guzman, M. (2014). High-Risk Behaviors in Youth. NebGuide- *University of Nebraska Lincoln*. Preuzeto s <https://extensionpublications.unl.edu/assets/pdf/g1715.pdf>.

24. Hale, D. R., i Viner, R. M. (2016). The correlates and course of multiple health risk behaviour in adolescence. *BMC public health*, 16(1), 1-12.
25. Handebo, S., Kebede, Y., i Morankar, S. N. (2018). Does social connectedness influence risky sexual behaviours? Finding from Ethiopian youths. *International Journal of Adolescence and Youth*, 23(2), 145-158.
26. Hoyt, L. T., Chase-Lansdale, P. L., McDade, T. W., i Adam, E. K. (2012). Positive youth, healthy adults: does positive well-being in adolescence predict better perceived health and fewer risky health behaviors in young adulthood?. *Journal of Adolescent Health*, 50(1), 66-73.
27. Hrvatski zavod za javno zdravstvo. (3. srpnja 2017). *Elektroničke cigarete*. Preuzeto s <https://www.hzjz.hr/>.
28. Huterer, N., i Nagy, A. (2019). Rizično seksualno ponašanje adolescenata. *Didaskalos: časopis Udruge studenata pedagogije Filozofskog fakulteta Osijek*, 3(3), 137-150.
29. Jeđud, I. i Novak, T. (2006). Provođenje slobodnog vremena djece i mladih s poremećajima u ponašanju – kvalitativna metoda. *Revija za sociologiju*, 37 (1-2), 77-90.
30. Jurčić, M. (2014). Kompetentnost nastavnika – pedagoške i didaktičke dimenzije. *Pedagogijska istraživanja*, 11 (1), 77-91.
31. Kokko, S., Villberg, J., & Kannas, L. (2015). Health promotion in sport coaching: coaches and young male athletes' evaluations on the health promotion activity of coaches. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 10(2-3), 339-352.
32. Krevsel, V. (2001). *Poklic športnega trenerja*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
33. Krželj, V. (2009). *Dijete i sport*. Klinika za dječje bolesti Kliničkog bolničkog centra Split, Medicinski fakultet Sveučilišta u Splitu.
34. Kwan, M., Bobko, S., Faulkner, G., Donnelly, P., i Cairney, J. (2014). Sport participation and alcohol and illicit drug use in adolescents and young adults: A systematic review of longitudinal studies. *Addictive behaviors*, 39(3), 497-506.
35. Lichner, V., Petriková, F., i Žiaková, E. (2021). Adolescents self-concept in the context of risk behaviour and self-care. *International Journal of Adolescence and Youth*, 26(1), 57-70.



36. Lipowski, M., Lipowska, M., Jochimek, M., i Krokosz, D. (2016). Resiliency as a factor protecting youths from risky behaviour: Moderating effects of gender and sport. *European Journal of Sport Science*, 16(2), 246–255.
37. Livazović, G. i Vranješ, A. (2012). Pedagoška prevencija nasilničkog ponašanja osnovnoškolaca. *Život i škola, LVIII* (27), 55-75.
38. Lukić, M. (2004). *Elementi pedagogije sporta i rekreacije*. Zagreb: HPKZ.
39. Mahmutović, A. (2015). *Poremećaji u ponašanju od prevencije do posttretmana*. Pula: Sveučilište Jurja Dobrile u Puli.
40. Mataja, Ž. (2003). *Život za sport i od sporta*. Zagreb: Nakladni zavod Matice hrvatske.
41. Matijašević, B., i Maglica, T. (2022). Slobodno vrijeme u prevenciji problema u ponašanju djece i mladih. *Socijalna psihijatrija*, 50(1), 75-92.
42. McCabe, K. O., Modecki, K. L., i Barber, B. L. (2016). Participation in Organized Activities Protects Against Adolescents' Risky Substance Use, Even Beyond Development in Conscientiousness. *Journal of Youth and Adolescence*, 45(11), 2292–2306.
43. Merkel, D. L. (2013). Pozitivan i negativan utjecaj sporta na mlade sportaše, *Open Access Journal of Sports Medicine*, 4, 151–160.
44. Miljković, D. (2009). *Pedagogija za sportske trenere*. Zagreb: Odjel za izobrazbu trenera Društvenog veleučilišta u Zagrebu, Kineziološki fakultet Sveučilišta u Zagrebu.
45. Mlinarević, V., i Gajger, V. (2010). Slobodno vrijeme mladih–prostor kreativnog djelovanja. U J. Martinčić (Ur.), *J, Međunarodna kolonija mladih Ernestinovo : 2003.-2008. : zbornik radova znanstvenog skupa s međunarodnim sudjelovanjem* (str. 43-58). Osijek: HAZU, Zavod za znanstveni i umjetnički rad
46. Nacionalna strategija djelovanja na području ovisnosti za razdoblje do 2030. godine, *Narodne novine*, Zagreb, 18/2023.
47. Nacionalna strategija prevencije poremećaja u ponašanju djece i mladih (2009.-2012.), *Narodne novine*, Zagreb, 98/2009.
48. Nikčević- Milković, A. i Rupčić, A. (2014). Procjena rizičnih i zaštitnih čimbenika u svrhu planiranja prevencije problema u ponašanju djece i mladih. *Ljetopis socijalnog rada*, 21 (1), 105-122.
49. Novak, M., Ferić, M., Kranželić, V. i Mihić, J. (2019). Konceptualni pristupi pozitivnom razvoju adolescenata. *Ljetopis socijalnog rada*, 26 (2), 155-184.

50. Novi ESPAD Rezultati. (2019). *Europsko istraživanje o pušenju, pijenju alkohola, uzimanju droga i drugim oblicima ovisnosti među učenicima (ESPAD)*. Preuzeto s <http://www.espad.org/>.
51. O'Donnell, A. W., i Barber, B. L. (2018). Exploring the association between adolescent sports participation and externalising behaviours: The moderating role of prosocial and risky peers. *Australian Journal of Psychology*, 70(4), 361–368.
52. Opić, S. i Jurčević-Lozančić, A. (2008). Kompetencije učitelja za provedbu pedagoške prevencije poremećaja u ponašanju. *Odgojne znanosti*, 10 (1(15)), 181-194.
53. Palekčić, M. (2014). Kompetencije i nastava: obrazovno – politička i pedagojska teorijska perspektiva. *Pedagogijska istraživanja*. 11(1), 7 – 26.
54. Pavićević, O. (2014). Mladi kao rizična skupina. *Kriminologija i socijalna integracija*, 22 (2), 48-76.
55. Pletenac, K., i Breslauer, Ž. (2018). Uloga sporta i slobodno vrijeme mladih. *Inovacije, tehnologije, edukacija i menadžment*. Čakovec: Polytechnic of Međimurje in Čakovec Repository.
56. Popović Ilić, T., Ilić, I. Rana specijalizacija u sportu. U Fakultet sportske i fizičkog vaspitanja u Leposavić, (Ur.), *Antropološki i teoantropološki pogledi o tjelesnoj aktivnosti* (str. 121-127). Priština: Sveučilište u Prištini- Kosovska Mitrovica.
57. Riffi Acharki, E., Spaaij, R., i Nieuwelink, H. (2021). Social inclusion through sport? Pedagogical perspectives of Dutch youth sport coaches. *Sport, Education and Society*, 1-15.
58. Sabock, R.J. (1985). *The coach (3rd ed.)*. Champaign, IL: Human Kinetics.
59. Samalot-Rivera, A., i Porretta, D. (2013). The influence of social skills instruction on sport and game related behaviours of students with emotional or behavioural disorders. *Physical Education & Sport Pedagogy*, 18(2), 117–132.
60. Sesar, K. (2011). Obilježja vršnjačkog nasilja. *Ljetopis socijalnog rada*, 18 (3), 497-526.
61. Short, S. E., i Short, M. W. (2005). Essay: Role of the coach in the coach-athlete relationship. *The Lancet*, 366, 29-S30.
62. Sindik, J. (2009). Zdravstveni i psihološki aspekti djetetova bavljenja sportom-mogućnosti i opasnosti. *Paediatrica Croatica*, 53(1), 193-199.
63. Sokač, A. (2014). Čimbenici koji utječu na rizično ponašanje djece i mladih. *Educatio biologiae*, (1.), 117-124.

64. Solomon, G. B. (2001). Performance and personality impression cues as predictors of athletic performance: An extension of expectancy theory. *International Journal of Sport Psychology*.
65. Steinberg, L. (2007). Risk taking in adolescence: New perspectives from brain and behavioral sciences. *Current Directions in Psychological Science*, 16 (2), 55–9.
66. Strabić, N. i Tokić Milaković, A. (2016). Elektroničko nasilje među djecom i njegova usporedba s klasičnim oblicima vršnjačkog nasilja. *Kriminologija & socijalna integracija*, 24 (2), 166-183.
67. Šentija Knežević, M., Kuculo, I. i Ajduković, M. (2019). Rizična ponašanja djece i mladih: javnozdravstvena perspektiva. *Hrvatska revija za rehabilitacijska istraživanja*, 55 (2), 70-81.
68. Škovran, M., Cigrovski, V., Čuljak, K., Bon, I. i Očić, M. (2020). Razina tjelesne aktivnosti i dnevno sjedenje: čimbenici sedentarnog načina života kod mladih. *Hrvatski športskomedicinski vjesnik*, 35 (1-2), 74-80.
69. Torbarina, Z. (2011). Sport – zaštitni čimbenik u suočavanju s rizičnim ponašanjima djece i mladih. *Jahr*, 2 (1), 65-74.
70. Tušak, M. i Tušak, M. (2001). *Psihologija športa*. Ljubljana: Znanstveni inštitut Filozofske
71. United Nations Office on Drugs and Crime (2020). *UNODC World Drug Report 2020*. Preuzeto s <https://www.unodc.org/>.
72. Valjan Vukić, V. (2013). Slobodno vrijeme kao "prostor" razvijanja vrijednosti u učenika. *Magistra Iadertina*, 8. (1.), 59-73.
73. Vejmelka, L., Strabić, N., i Jazvo, M. (2017). Online aktivnosti i rizična ponašanja adolescenata u virtualnom okruženju. *Drustvena istraživanja*, 26(1).
74. Westera, W. (2001). Competences in education: a confusion of tongues. *Journal of Curriculum Studies*, 33(1), 75 -88.
75. Witt, P. A., i Dangi, T. B. (2018). Why children/youth drop out of sports. *Journal of Park and Recreation Administration*, 36(3).
76. World Health Organization. (2016). *Electronic nicotine delivery systems and electronic non-nicotine delivery systems (ENDS/ENNDS)*. Preuzeto s <https://www.who.int/>.
77. Zarrett, N., Liu, Y., Vandell, D. L., i Simpkins, S. D. (2021). The role of organized activities in supporting youth moral and civic character development: A review of the literature. *Adolescent Research Review*, 6, 199-227.

78. Zloković, J. i Vrcelj, S. (2010). Rizična ponašanja djece i mladih. *Odgojne znanosti*, 12 (1 (19), 197-213.

## Prilog 1. Anketni upitnik

### Anketni upitnik

Poštovani!

Studentica sam druge godine diplomskog studija Pedagogije na Filozofskom fakultetu u Rijeci. Za potrebe izrade diplomskog rada *Prevenција rizičnih ponašanja djece i mladih – iz perspektive sportskih trenera*, provodim istraživanje s ciljem ispitivanja stavova sportskih trenera o ulozi sporta i prevenciji rizičnih ponašanja kod djece i mladih.

Pri odgovaranju na postavljena pitanja usmjerite se isključivo na sebe i samoprocijenite u kojoj mjeri se navedene tvrdnje odnose na Vas i vaš rad kao sportski trener djece i mladih. Molim Vas da anketni upitnik ispunjavate iskreno kako bi rezultati istraživanja bili što vjerodostojniji.

Vaša anonimnost i povjerljivost odgovora je zajamčena, a dobiveni će se rezultati koristiti isključivo za potrebe izrade mog diplomskog rada. Za ispunjavanje anketnog upitnika bit će Vam potrebno najviše 15 minuta.

Za dodatne komentare ili pitanja slobodno me kontaktirajte na adresu elektroničke pošte: [istanic@uniri.hr](mailto:istanic@uniri.hr)

\*Napomena: izrazi koji se koriste u anketnom upitniku, a imaju rodno značenje koriste se neutralno i odnose se jednako na muški i ženski spol.

Hvala na sudjelovanju!

### Opći podaci

Molim Vas da navedete osnovne podatke koji se odnose na Vas.

Označite svoj spol:

Ž            M

Upišite svoju dob:

\_\_\_\_\_

Označite stečenu razinu obrazovanja:

- a) osmogodišnja škola (8. god.)
- b) niža stručna sprema (1-2 god.)
- c) srednja stručna sprema (4 god.)

- d) preddiplomski i stručni studij (VŠS) (3 – 4 god.)
- e) sveučilišni diplomski i specijalistički diplomski i poslijediplomski specijalistički studij (VSS) (1 – 2 god.)
- f) poslijediplomski magistarski studij (2 god.)
- g) poslijediplomski doktorski studij (3 i više god.)

Upišite godine rada kao sportski trener:

\_\_\_\_\_

Označite vrstu sporta koju trenirate:

8.3.individualni

8.4.grupni

### Sport kod djece i mladih

Molim Vas da zaokružite odgovor, odnosno procijenite na ljestvici od 1 do 5, (1 znači „uopće se ne slažem”; 5 znači „u potpunosti se slažem”) u kojoj mjeri se Vi osobno slažete, odnosno ne slažete sa svakom od navedenih tvrdnji.

Tvrdnje	1- U potpunosti se ne slažem	2	3	4	5-U potpunosti se slažem
1. Sport omogućava sportašu adekvatnu organizaciju slobodnog vremena.	1	2	3	4	5
2. Potrebna je trenerova priprema u organizaciji treninga.	1	2	3	4	5
3. Važno je razvijati partnerski odnos s roditeljima.	1	2	3	4	5
4. Cilj sporta kod djece i mladih je razvoj socijalnih vještina.	1	2	3	4	5
5. Cilj sporta kod djece i mladih je razvoj profesionalnog sportaša.	1	2	3	4	5
6. Cilj sporta kod djece i mladih je natjecanje.	1	2	3	4	5
7. Cilj sporta kod djece i mladih je razvoj tjelesnih	1	2	3	4	5

sposobnosti.					
8. Cilj sporta kod djece i mladih je zabava.	1	2	3	4	5
9. Sport je odgojno sredstvo u promicanju vrijednosti.	1	2	3	4	5
10. Sport je način života.	1	2	3	4	5
11. Sport je način života te se ja tako ponašam u svojoj svakodnevnici.	1	2	3	4	5

### Sport i razvoj rizičnih ponašanja

Molim Vas da zaokružite odgovor, odnosno procijenite na ljestvici od 1 do 5, (1 znači „uopće se ne slažem”; 5 znači „u potpunosti se slažem”) u kojoj mjeri se Vi osobno slažete, odnosno ne slažete sa svakom od navedenih tvrdnji.

<b>Tvrdnje</b>	<b>2- U potpunosti se ne slažem</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5- U potpunosti se slažem</b>
1. Bavljenje sportom smanjuje rizik od uključivanja u kockarske aktivnosti.	1	2	3	4	5
2. Bavljenje sportom smanjuje rizik od pojave vršnjačkog nasilja.	1	2	3	4	5
3. Bavljenje sportom smanjuje rizik od konzumacije alkohola.	1	2	3	4	5
4. Bavljenje sportom smanjuje rizik od pojave seksualno rizičnih ponašanja. (neželjene trudnoće, razvijanje spolno prenosivih bolesti, ne korištenje kontracepcije, rano ulaženje u spolne odnose, često mijenjanje spolnih partnera).	1	2	3	4	5
5. Bavljenje sportom povećava rizik od konzumacije	1	2	3	4	5

cigareta.					
6. Bavljenje sportom smanjuje rizik od konzumacije marihuane.	1	2	3	4	5
7. Bavljenje sportom povećava rizik od istovremene pojave više rizičnih ponašanja. (rizično seksualno ponašanje, kockanje, internetsko nasilje, konzumacija alkohola, cigareta, marihuane itd.).	1	2	3	4	5
8. Bavljenje sportom razvija otpornost na životno stresne situacije.	1	2	3	4	5
9. Bavljenje sportom razvija pozitivnu sliku o sebi.	1	2	3	4	5
10. Bavljenje sportom razvija samopoštovanje.	1	2	3	4	5
11. Pozitivna klima na treningu smanjuje pojavu rizičnih ponašanja.	1	2	3	4	5
12. Trener je važan čimbenik kod pojave rizičnih ponašanja.	1	2	3	4	5

### Kompetencije trenera u prevenciji rizičnih ponašanja

Molim Vas da zaokružite odgovor, odnosno procijenite na ljestvici od 1 do 5, (1 znači „uopće se ne slažem”; 5 znači „u potpunosti se slažem”) u kojoj mjeri se Vi osobno slažete, odnosno ne slažete sa svakom od navedenih tvrdnji.

Tvrdnje	3- U potpunosti se ne slažem	2	3	4	5- U potpunosti se slažem
1. Za prevenciju rizičnih ponašanja potrebno je uvažavanje individualnih osobina svakog sportaša.	1	2	3	4	5
2. Za prevenciju rizičnih ponašanja potrebno je da sportaši i ja zajedno komuniciramo o treninzima, nakon takmičenja,	1	2	3	4	5



situacijama u svlačionici i sl.					
3. Za prevenciju rizičnih ponašanja potrebno je da analiziram cjelokupni trenažni proces (Kakva je realizacija ciljeva, jesu li sportaši motivirani i sl.).	1	2	3	4	5
4. Prevenciju rizičnih ponašanja potrebno je utemeljiti na vlastitoj sposobnosti suradnje i timskog rada.	1	2	3	4	5
5. Za prevenciju rizičnih ponašanja potrebna je emocionalna pismenost (sposobnost pojedinca da osvijesti vlastite i tuđe emocije te da se može nositi s njima).	1	2	3	4	5
6. Za prevenciju rizičnih ponašanja potrebno je poznavanje i poštovanje drukčijih stilova života sportaša, njihovih vrijednosti, vjerovanja, tradicija, običaja, stereotipa.	1	2	3	4	5
7. Za prevenciju rizičnih ponašanja potrebno je težiti nadopuni svoje kompetentnosti novim znanjem, sposobnostima, vrijednostima i novom motivacijom stalnim učenjem.	1	2	3	4	5
8. Za prevenciju rizičnih ponašanja potreban je trenerov pozitivan stav prema rješavanju problema.	1	2	3	4	5
9. Posjedujem dovoljno znanja i vještina da reagiram na pojavu rizičnih ponašanja.	1	2	3	4	5
10. Jačanjem vlastitih trenerovih kompetencija može pomoći u prevenciji rizičnih ponašanja sportaša.	1	2	3	4	5

Molim upišite Vaše prijedloge za poboljšanje trenerove prakse u području prevencije rizičnih ponašanja kod sportaša (djece i mladih).

Zahvaljujem na suradnji i Vašim odgovorima!