

UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA ŠPORT

MAJA SMRDU
**FENOMENOLOGIJA FAIR PLAYA VRHUNSKIH ŠPORTNIKOV V EKIPNIH
ŠPORTIH**

DOKTORSKA DISERTACIJA

Mentor: prof. dr. Matej Tušak

Somentor: prof. dr. Urban Kordeš

Ljubljana, 2017

ZAHVALA

Pri celotnem procesu nastajanja tega doktorata sem spoznala, da je tudi to skupinski šport in moja ekipa je bila zelo velika in je držala z mano v različnih trenutkih nihanj. Toliko ljudi se je dotaknilo te naloge in mene, v tem času in procesu, da ne bi mogla naštetih vseh. Vsekakor pa gre najprej iskrena hvaležnost vsem športnikom, ki so mi dovolili pokukati v njihovo doživljanje in ki so to isto, dovolili sebi. To kar sem se naučila od njih presega to doktorsko nalogo, pa včasih tudi besede.

Pot do te doktorske naloge se je začela že skoraj dve desetletji nazaj, ko se nas je skupina zanesenjakov zbrala, z idejo krepitev športa skozi vrednote fair playa in odstiranja njegove pristne človeške plati, ki lahko navdihuje in kaže možne potenciale ljudi, presegajoč materialne oz. rezultatske dosežke. Tako je nastal Sportikus – Zavod za strpnost in fair play v športu ... in moja diplomska naloga. Hvala Milan, Stane, Bojan in Matjaž. Tudi konstanten stik z ljudmi, ki poskušajo te vrednote predstavljati mladim (ne nujno samo športnikom) in jih izobraževati, na zopet drugačen način, je bil pomemben navdih za nadaljevanje dela na področju fair playa v športu. Hvala Aleš, Jani in Nina. Hvala tudi vsem, ki poskušajo osvetljevati šport s te plati, ali bolj javno (hvala Slavko) ali manj javno, ki so za širšo javnost manj vidni, ampak za vsakega posameznega športnika, bistveni.

Hvala tudi vsem bližnjim, ki sem jim lahko tarnala in kolegom (Tina, Tanja), ki so mi stali ob strani strokovno.

...In Tebi ... ki si me navdihnili z raziskovalnim duhom in brez katerega vse (to) ne bi imelo smisla.

Povzetek

V doktorski disertaciji smo želeli odkriti, kakšno je doživljanje vrhunskih športnikov iz ekipnih športov v različnih tekmovalnih situacijah, ki so bolj ali manj skladne s fair playem. Zanimalo nas je, kateri dejavniki vplivajo na to doživljanje in kakšna je njihova dinamika. Poleg tega smo se poglobili še v sorodne tekmovalne situacije, za katere se nam je zdelo, da bi lahko dodatno osvetlile razumevanje doživljanja športnikov. Te situacije so bile sestavljene iz dveh različnih modalitet, in sicer so nas zanimale še situacije vrhunske izvedbe, ob katerih športniki običajno doživljajo občutek flowa, in situacije neuspešnih izvedb. Vse tovrstne situacije so še posebej zanimive, ker presojanje in odločanje znotraj teh poteka na predreflektivnem nivoju. Posledično in ob dejstvu, da nas je zanimalo doživljanje športnikov, smo za raziskovalno metodo izbrali kvalitativni fenomenološki pristop, znotraj katerega smo študijo zastavili kot multiplo študijo primera.

V raziskavi je sodelovalo štirinajst vrhunskih športnikov, iz različnih kontaktnih ekipnih športov, tako da sta iz vsakega prisostvovala po dva športnika in dve športnici. S pomočjo eksplikativnih intervjujev smo preučevali odnos športnikov do fair playa in različne vsebine doživljanja. Podrobnejša analiza je izkristalizirala tudi dejavnike, ki so ključni za športnikovo odločanje v različnih tekmovalnih situacijah in njegovo vedenje. Ugotovili smo, da je teh dejavnikov precej in razdelili smo jih v tri večje skupine: splošna športnikova situacija, športnikovi občutki med tekmo in situacijski dejavniki med tekmo. Med vsemi dejavniki je zlasti izstopal narativni jaz, ki je bil, v različnih vrednostih prisoten v vseh treh vrstah preučevanih situacij. V situacijah s pozitivnih izhodom, torej v situacijah skladnimi s fair playem in v situacijah vrhunske izvedbe, se je kazal športnikov odmik od njega. V situacijah z negativnim izhodom, tj. v nešportnih situacijah in v izraziteje neuspešnih akcijah, pa se je narativni jaz športnikov okrepil. Ob upoštevanju odnosne dinamike med ugotovljenimi dejavniki smo postavili tudi tri poskusne teorije.

Spoznanja v raziskavi omogočajo nov pristop obravnave fair playa in drugačno razumevanje delovanja športnikov, ki jim lahko pomaga pri razvijanju sposobnosti in pri razbremenitvi od pritiskov, ki jih doživljajo.

Ključne besede: fair play, ekipni športi, fenomenologija doživljanja, kvalitativna raziskava, vrhunska izvedba, flow, jaz

Abstract

The doctoral thesis aimed to establish experience of elite team athletes in different competitive situations, that are more or less congruent with fair play. The thesis tried to understand which factors influence the experience in these situations and how they interact. Further more, two kinds of similar competitive situations, of peak performance and of unsuccessful action, were examined. All these situations are interesting due to their prereflective level of decision making. In the study, the qualitative phenomenological method of multiple case studies, was applied and phenomenological approach with in-depth elicitation interviewing was conducted.

The study included fourteen elite athletes from different contact sports. Each sport was represented by two female and two male athletes. Results revealed importance of different factors on decision making and grouped them into three categories: athlete's general situation, athlete's experience during competition and situational factors during competition. In all factors, a narrative self, emerged as the most important one. In fair play and peak performance situations athletes tend to detach from it and in unsuccessful and non-fair play situations, it become more prominent. Dynamics between factors were also considered, and on that basis three grounded theories were made.

The findings of the study thus open possibilities of new kind of implementation of fair play into sport and they also provide different understanding of athlete's functioning. This may help athletes to develop their potentials to the full extent and to reduce influence of stressors.

Key words: fair play, team sports, phenomenology of experience, qualitative research, peak performance, flow, self

Kazalo

POVZETEK	2
ABSTRACT	3
1. UVOD	6
2. TEORETIČNA IZHODIŠČA	10
2.1. MORALA IN VREDNOTE	13
2.1.1. STRUKTURNE TEORIJE MORALNEGA RAZVOJA	13
2.1.2. TEORIJE SOCIALNEGA UČENJA	18
2.1.3. MORALNO ODLOČANJE V REALNIH ŽIVLJENJSKIH SITUACIJAH	21
2.1.4. MORALNO PRESOJANJE V ŠPORTU	24
2.2. FAIR PLAY	27
2.3. EKIPNI ŠPORTI IN NEKATERE NJIHOVE ZNAČILNOSTI	38
2.3.1. SOCIALNO-PSIHOLOŠKE ZNAČILNOSTI EKIPE	39
2.3.2. ČUSTVENI VIDIKI V TEKMOVALNI SITUACIJI	48
JEZA	48
STRAH IN ANKSIOZNOST	49
2.4. JAZ	53
3. OPREDELITEV PROBLEMA IN CILJEV RAZISKAVE	61
3.1. RAZISKOVALNA VPRAŠANJA	64
4. METODOLOGIJA	65
4.1. ZASTAVITEV RAZISKOVALNEGA NAČRTA	65
4.1.1. RAZISKOVALNA METODA	65
4.2. IZVEDBA RAZISKAVE	73
4.2.1. UDELEŽENCI	75
4.2.2. ETIČNI VIDIKI	76
4.2.3. TEŽAVE PRI IZVEDBI RAZISKAVE	77
4.3. ANALIZA PODATKOV	78
5. REZULTATI IN INTERPRETACIJA	89
5.1. TEME	89
5.2. KATEGORIJE	90
5.2.1. SPLOŠNA ŠPORTNIKOVA SITUACIJA	91
5.2.2. ŠPORTNIKOVI OBČUTKI MED IGRO	95
5.2.3. SITUACIJSKI DEJAVNIKI MED TEKMO	100
5.3. VSEBINSKA ANALIZA FENOMENOLOGIJE FAIR PLAYA	102
5.3.1. RELATIVNO MAJHNO UJEMANJE V POJMOVANJU FAIR PLAYA MED VRHUNSKIMI ŠPORTNIKI IN STROKOVNJAKI	102
5.3.2. V ŠPORTU FAIR PLAYA NITI NI, KER VSAK SE BORI ZA SVOJE	112
5.4. FAIR PLAY KOT SE KAŽE V VEDENJU	119
5.4.1. KLJUČNI DEJAVNIKI, KI VPLIVAJO NA (NE)FAIR PLAY VEDENJE	119
5.4.2. NARATIVNI JAZ	146
5.5. USPELE SITUACIJE IN NEUSPELE SITUACIJE	153
5.5.1. ČE NE ZADANEM BO SLABO ZA EKIPO	153
5.5.2. TOČKA PREOBRATA	155
5.5.3. OPTIMALNA IZVEDBA	158
5.5.4. ZAZNAVA MEDOSEBNE POVEZANOSTI	167
5.5.5. JAZ	170

6. POSKUSNE TEORIJE	175
6.1. TOPOLOŠKI SISTEM DEJAVNIKOV IN NOTRANJE DINAMIKE ZA (NE)FAIR PLAY VEDENJE	176
6.2. IZKUSTVO PREHODA V STANJE FLOWA	179
6.3. POVEZAVA MED FAIR PLAYEM IN NARATIVNIM JAZOM	183
7. DISKUSIJA IN ZAKLJUČEK	184
7.1. POVZETEK ODGOVOROV NA RAZISKOVALNA VPRAŠANJA	185
7.2. VELJAVNOST RAZISKAVE	191
7.3. DOPRINOS RAZISKAVE K ZNANOSTI IN PRAKSI	195
8. VIRI	199

Kazalo slik

<i>Slika 1.</i> Predstavitve teoretičnih izhodišč.	13
<i>Slika 2.</i> Konceptualni model ekipne kohezivnosti v športu.	42
<i>Slika 3.</i> Izhodišče agresije in asertivnosti.	45
<i>Slika 4.</i> Shematski prikaz raziskovalnega načrta.	73
<i>Slika 5.</i> Prikaz izvedbe raziskave skozi dva osrednja tematska sklopa.	74
<i>Slika 6.</i> Ujemanja v pojmovanju fair playa.	105
<i>Slika 7:</i> Doživljanje v fair play situacijah.	121
<i>Slika 8.</i> Model nihanja izkušnje	160
<i>Slika 9.</i> Model nastajanja (ne)fair play vedenja.	178
<i>Slika 10.</i> Dejavniki vpliva na uspešne ali neuspešne izvedbe.	182
<i>Slika 11.</i> Povezava med fair playem in vrhunsko izvedbo.	185

Kazalo tabel

<i>Tabela 1.</i> Osnovne statistične značilnosti udeležencev	77
<i>Tabela 2.</i> Primer kodiranja	85
<i>Tabela 3.</i> Uporabljeni izrazi pogostosti.	88
<i>Tabela 4.</i> Zbirnik kod	92
<i>Tabela 5.</i> Dejavnikov doživljanja - optimalna športna izvedba	168
<i>Tabela 6.</i> Pet stopenj pridobivanja spretnosti.	175

1. Uvod

Kot otrok sem zelo rada hodila na svoje gimnastične treninge, že dan pred treningom sem se ga veselila (imeli smo trening najprej enkrat, potem pa dvakrat tedensko) in vedno se mi je prehitro končal. Tovariš (tako smo govorili našemu učitelju gimnastike in ta termin se v gimnastiki uporablja še dandanes) je že nekajkrat rekel, da zaključujemo s treningom in da naj pospravimo orodja, pa sem še vedno lovila minute, da bi lahko šla vsaj še enkrat na orodje, če že ne za celo vajo, pa vsaj za kakšen element. Takrat nisem razmišljala, kaj mi gimnastika in šport pomenita, nisem razmišljala, zakaj imam takšen odnos, kaj sproža v meni, niti kako zares čutim. Ko sem nadaljevala s treningi in postajala starejša, sem spredvidela, da je to kar začutim v sebi poleg veselja, mir. V trenutkih stika z orodjem (pri meni predvsem bradlje), se svet okrog mene in orodja zabriše, zabrišejo se meje, vse izgubi pomen razen vsakega najmanjšega giba, ki se odvija v tistem trenutku. Kasneje sem spoznala, da mi je šport dajal neko določeno svobodo in ko sem se začela ukvarjati s športom kot športna psihologinja, sem spoznala, da se stanju, ki sem ga doživljala reče "flow". Ob teh spoznanjih kaj lahko šport pri posamezniku sproži in kaj lahko posameznik skozi šport spozna, se mi je (na nek način) druga skrajnost športa, t.j. borba za zmago, za neko uvrstitev in to za vsako ceno, zdela povsem nerazumljiva in nesmiselna. Ni mi še uspelo razumeti zakaj nekateri športniki, ki so tako sposobni, da postanejo vrhunski, vse te možnosti športa zavržejo in se začnejo ubadati, namesto s tem kako preseči Sebe, kako biti svoboden, kako manipulirati, slepariti, škoditi drugim (npr. z agresijo) in škoditi sebi (npr. z dopingom). Da bi razumela, sem začela za svojo diplomsko nalogo raziskovati fair play, saj se mi zdi ta koncept kot most, med tem kar poznam sama in med vrhunskim športom, katerega del fair play, vsaj formalno, je. Tako sem se poglobila v preiskovanje tega fenomena in v ta namen sestavila svoj vprašalnik, za katerega sem upala, da mi bo dal razumljive in specifične odgovore. Kljub temu, da sem skozi takšno kvantitativno raziskovanje dobila kar nekaj podatkov o odnosu posameznih skupin do fair playa in njegove povezanosti z vrednotami, pa mi noben podatek ni podal dejanskega odgovora ali bistveno povečal mojega razumevanja vedenja, ki je v nasprotju s fair playem in potencialnim doseganjem oz. preseganjem Sebe. Ena od ugotovitev iz te pretekle raziskave (Smrdu, 2002) je bila, da je fair playa v ekipnih športih manj kot pa v individualnih, predvsem zaradi možnosti direktnega kontakta z drugimi udeleženci športa in večje socialne, odnosne prepletenosti. Zaradi teh dveh ugotovitev, da kvantitativna

metoda raziskovanja morda ni najboljši pristop za preučevanje tovrstne tematike in da je lahko fair play bolj vprašljiv v ekipnih športih, sem se za doktorsko nalogo odločila uporabiti kvalitativen pristop in preučevati športnike iz ekipnih športov.

Kvalitativno raziskavo je težko oblikovati v linearno sledeča si poglavja, značilna za kvantitativen način raziskovanja in izhajajoč iz tega tudi za večino strokovnih in znanstvenih publikacij. Za kvalitativno raziskavo je namreč značilen krožen ali spiralen proces raziskovanja, v katerem »...doživetje ni nujno niti linearno, niti vedno prikladno razmejeno z jasnimi mejami« (Charmaz, 2011, str. 173). Ker naj bi kvalitativno pisanje odražalo tudi avtorjeve izbire tekom raziskovalnega procesa (Charmaz, 2011), smo si pri sledenju ustaljenim poglavjem znanstvene raziskave dovolili določeno svobodo. Z namenom, da bi vsaj deloma predstavili razvoj procesa raziskovanja linearno, ki v praksi še zdaleč ni tekel premočrtno, smo tako najprej predstavili prvotne koncepte, s katerimi smo začeli načrtovanje te študije. Iskanje »odprtih prostorov« oziroma »priložnosti« za raziskovanje in osvetlitev določenih vsebin ali, drugače rečeno, opaženih potencialnih raziskovalnih problemov, povezanih s fenomenologijo različnih športnih tekmovalnih situacijah je, kljub kasneje izrazito kvalitativnemu ozadju študije, na začetku skoraj v celoti izhajalo iz spoznanj literature, utemeljene na kvantitativni metodologiji. Zlasti zato, ker je osrednja športno psihološka literatura še vedno osnovana na kvantitativni paradigmi. Posledično je tako, kljub izrazitemu potencialu za kvalitativno raziskovanje kompleksne narave problemov, s katerimi se ukvarja, šele v zadnjih letih začela odpirati prostor za drugače naravnane študije. Predstavitev teoretičnih izhodišč je zbrana v drugem poglavju: *Teoretična izhodišča*, ki bo nekoliko nadomestilo sicer običajen teoretični uvod na začetku študije. Teoretične perspektive, ki so se odprle skozi analizo podatkov, smo se odločili predstaviti v petem poglavju: *Rezultati in interpretacija*, ki tako kombinira analizo ter interpretacijo rezultatov s teoretičnimi perspektivami oziroma empiričnimi spoznanji iz literature. Tako bodo teoretične perspektive, h katerim so nas vodili podatki sami, predstavljene sproti, tako kot so postajale aktualne skozi raziskovalni proces. Drugo poglavje tako predvsem razkriva, kako smo začetne koncepte o doživljanju, dožemanju, odločanju in vedenju v tekmovalnih športnih situacijah oblikovali na prevladujočih športno psiholoških in športno socialnih definicijah.

Ugotavljamo, da je eden klasičnih problemov v celotni psihologiji in s tem tudi v psihologiji športa, definiranje konceptov. Praktično za noben koncept, ki ga bomo izpostavili v nalogi, ni jasne, enoznačne in splošno sprejete opredelitve. Posledično smo se odločili, da pri opredelitvi obravnavanih pojmov izhajamo iz vidikov, ki so ključni za pričujočo raziskavo.

Sledi *raziskovalni problem* študije (tretje poglavje), in sicer v obliki raziskovalnih vprašanj, kot so se izkristalizirala skozi analizo literature, dva splošnejša pa smo dodali ob pregledu rezultatov naše študije, saj se je skozi to pokazalo, da moramo za nadaljnjo obravnavo teme sprva postaviti jasne temelje, ki jih dodatni raziskovalni vprašanja omogočata.

Naslednje je poglavje o *metodologiji* (četrto poglavje). Ker je reflektivnost raziskovalca o tem, kako se je gibal skozi raziskovalni proces, ena od ključnih značilnosti kvalitativne raziskave (Willig, 2007), smo uporabljene kvalitativne postopke pozorno opisali. Predstavljene so tudi osnove fenomenološkega raziskovalnega pristopa in zanjo značilne metode, ki smo jih uporabili v pričujoči raziskavi, kot sta eksplikativni intervju in študija primera.

V sledečem poglavju, *Rezultati in interpretacija*, podrobno predstavimo rezultate in ugotovitve ter jih postavimo v širši kontekst dosedanjih raziskav s področja športne psihologije in obravnavanih tematik, kot je npr. moralno presojanje. Ugotovitve so podkrepljene s konkretnimi primeri, ki so izbrani, kot delčki pripovedi in doživljanja športnikov, ki se zdijo, da so lahko tipična in lahko posledično predstavljajo tudi doživljanje športnikov, ki niso bili vključeni v raziskavo. Poleg tega pa so predstavljeni tudi konkretni primeri, za katere smo menili, da lahko osvetlijo različne vidike doživljanja, na osnovi katerih lahko dobimo širši vpogled in večje razumevanje vrhunskih športnikov v specifičnih situacijah.

V nadaljevanju predstavimo, v poglavju *Poskusne teorije*, povezave med rezultati, ki so se pokazali kot pomembne skozi analizo. Te ključne dejavnike postavimo v medsebojne relacije, ki so lahko vzročno in/ali časovno pogojene. Prva poskusna teorija zajema področje fair playa, druga področje flowa in tretja njuno povezanost in sovplivanje.

V *Zaključkih in diskusiji* predstavimo zgoščene odgovore na zastavljena raziskovalna vprašanja, predstavimo veljavnost raziskave, njene prednosti in pomanjkljivosti ter njeno zaznano znanstveno vrednost.

2. Teoretična izhodišča

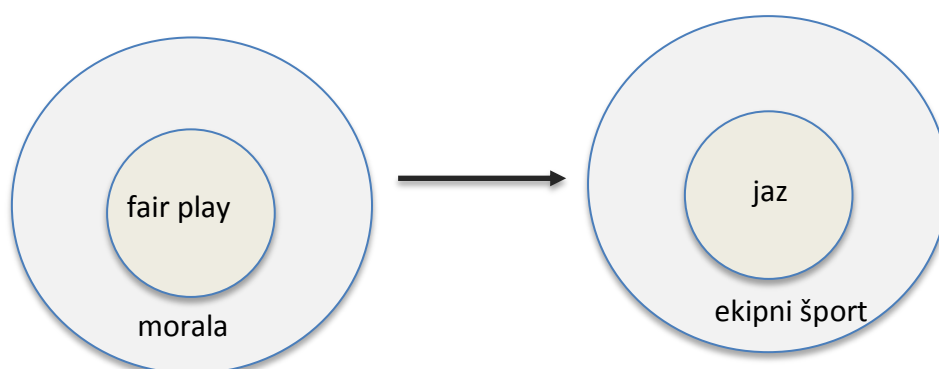
V pričujoči raziskavi posvečamo pozornost športu, fenomenu, ki izvira iz človekove biti in narave, iz človekove notranje potrebe po gibanju. Murdock (po Petrović in Doupona, 1996) ugotavlja, da je šport v najširšem pomenu biotična in socialna potreba, ki jo vsaka doba zaznamuje po svoje. Takšno ugotovitev povzema na osnovi razčlenitve 3000 kultur, ki je pokazala, da sta med 80-mi skupnimi značilnostmi vseh kultur tudi šport in ples, ali bolje rečeno gibalna aktivnost in ustvarjalnost. S športno aktivnostjo ustvarja človek specifičen svet, z njemu lastno kulturo, ki se razširja tudi na druga področja njegovega bivanja in po drugi strani ta druga področja ali mnogi svetovi v življenju človeka, vplivajo nazaj na svet športa.

Vadba telesa je bila sprva, verjetno močnejše kot dandanes, povezana z vadbo duha. Grški ideal je predpostavljal, da je za doseganje celostne mentalne, moralne in telesne odličnosti, ključna telesna vadba (Lumpkin, 1990; Reid, 2012). To doseganje celostne odličnosti oz. živeti življenje skladno s svojimi potenciali predstavlja koncept *arête*, ki pa hkrati označuje tudi moralno vrednoto (Liddell in Scott, 1996). S tem, ko se je krepila njena pomembnost v Antičnem športu, je postala tudi del olimpijskega duha, ki naj bi jo posedoval zmagovalec, skupaj s klasičnim idealom *agon*. Ta zajema čast in spoštovanje športnika ter njegovo maksimalno prizadevanje za zmago (Finley in Pleket, 1976; v Loland, 2015). Kljub temu, da se je v tem obdobju poudarjala enakost možnosti za vse udeležene, pa so se tudi v Antičnem športu športniki posluževali različnih sleparjenje. Tako so poskušali povečati svoje zmogljivosti (predvsem preko povišanja nivoja testosterona) z različnimi substancami, poskušali so škoditi tekmeccem s črno magijo, sleparjenjem in podkupovanjem (Kumar, 2010; Potter, 2011). Vendar pa je družba zelo obsojala tovrstne kršitve in to pokazala z grobimi kaznovanjem, ki je vključevalo tudi javno bičanje in javno osramotitev (McIntosh, 1979; v Loland, 2015). Kaže se torej, da se je, v tistem času, skozi športno udejstvovanje poskušalo poudarjati ter razvijati različne pozitivne lastnosti in vrednote športnikov, medtem ko je v sodobnem športu bistveno več poudarka na telesne dosežke, in manj na psihološki in etičen razvoj posameznika (Potter, 2011). Največji del humanih vrednot naj bi šport izgubil z razvojem profesionalizma (Bertling, 2007). Raziskave namreč kažejo, da postajajo s profesionalizacijo, agresija in sorodna nemoralna vedenja, za športnike vse bolj dopustna (Visek in Watson, 2005). Kljub temu, pa tudi v

današnji družbi in stroki ostaja zavedanje, da je šport po eni strani nekaj človeku naravnega in po drugi strani družbeno konstituiran proces, ki se spreminja pod vplivom ljudi. Tako mnogi še vedno vidijo v športu možnost, da s svojimi vrednotami, zmanjša negativne vplive moderne potrošniške družbe, ki s svojim kultom kvantitete v veliki meri vpliva na večjo površnost in slabšo kvaliteto življenja oz. življenjskega stila ljudi. Civilizacija, ki ob tem ne zaznava, da imeti več ne pomeni tudi živeti bolje, posega v živo tkivo integritete človeka in kvaliteto njegovega življenja (Petrović in Doupona, 1996). Šport nima pomena le v okviru telesne aktivnosti, rekreacije ali vrhunskega športa, temveč je lahko tudi sredstvo, s katerim se usmerja in vzgaja ljudi. Šport odseva obstoječe kulturne vrednote in hkrati se preko športa ljudje učijo osnovnih vrednot in norm družbe v kateri živijo. Šport pa lahko vpliva na ljudi tako, da se jim preko njega, vsili vrednote ali miselne vzorce, ki niso nujno v njihovem optimalnem interesu. Zaradi kombinacije vseh teh danosti in možnosti športa, se posvečamo njegovemu preučevanju. Podrobneje se posvečamo vrhunskemu športu, kot področju športa, kjer je prišlo do paradoksalnih nasprotij med posameznimi danostmi in rezultati le-teh. Večina vrhunskih športnikov bi povedalo, da so se začeli ukvarjati s športom ali ker so imeli veliko energije ali so jih starši vključili, da bi se gibali v bolj varnem okolju, postali bolj spretni...¹ (torej iz neke skrbi za boljše telesno počutje ali zdravje). Kot vrhunski športniki pa delujejo proti svojemu telesu, telo pretirano obremenjujejo in izčrpavajo, vajeni so stalnih bolečin, pogostih poškodb, operacij, nekateri se celo poslužujejo dopinga, s katerim lahko trajno uničijo svoje zdravje in celo skrajšajo življenje. V pogovorih praktično vsi vrhunski športniki povedo, da so kot otroci močno uživali in se veselili športnih treningov, sedaj pa jim največkrat predstavlja službo, napor in pogosto obremenitev ter pritisk. Zabava in veselje ste se obrnila v zaslužek in v način preživetja. Zaradi teh nasprotij je toliko bolj zanimivo preučevanje vrhunskih športnikov, zlasti tega, kako jim uspe znotraj sebe združiti tovrstna nasprotja in tudi druge nasprotujoče si vrednote, ki jih ravno tako preučujemo v pričujoči nalog – npr. združevanje tekmovalnosti (in ob temu izpostavljanje sebe, tudi egocentrično in egoistično) ter sodelovanja, solidarnosti in prijateljstva. Večino drugih nasprotujočih si vrednot lahko opazujemo v vseh športih, ampak ravno to zadnjo, lahko preučujemo zgolj v ekipnih športih, saj so v teh športniki direktno postavljeni drug proti drugemu.

¹ Pogosto so razlogi za vključitev v šport tudi socialno pogojeni, npr. da je bil v določeno športno aktivnost že vključen kdo od sorejencev ali prijateljev, vendar pa to ni pomembno izhodišče za poanto, ki smo jo nameravali navesti v tekstu, zato je nismo posebej izpostavljali.

Posledično smo se v raziskavi osredotočili na ekipne športe, in še dodatno so to odločitev podprle nekatere raziskave (npr. Smrdu, 2002; Simon, Torres in Hager, 2014), ki so pokazale, da je več težav s fair playem v ekipnih kot pa v individualnih športih. Tako se v nadaljevanju posvečamo podrobnejši obravnavi ekipnega vrhunškega športa, da bi lažje razumeli njegov širši kontekst ter posledično športnike in njihovo doživljanje. Še pred tem bomo predstavili področje morale in znotraj tega pojem fair play-ja, saj nas zanima doživljanje športnikov predvsem v tem kontekstu. Ta potek je prikazan tudi v spodnji sliki.



Slika 1. Shematski prikaz poteka predstavitve teoretičnih izhodišč v pričujoči raziskavi.

2.1. Morala in vrednote

“Spomni se tega. Drži se tega. To je edina popolnost, ki je, popolnost pomagati drugim. To je edino kar lahko naredimo in ima trajen pomen. Zaradi tega smo tu.”

--Andre Agassi

[“Remember this. Hold on to this. This is the only perfection there is, the perfection of helping others. This is the only thing we can do that has any lasting meaning. This is why we're here.”]

-- Andre Agassi

O morali in vrednotah v športu smo se začeli bolj spraševati, ko je postala pomembnost zmage bolj izražena in je profesionalizacija naredila nagrade bolj ekstravagantne ter je vrednost zmage zamenjala vrednost udeležbe. Etika uspeha je preplavila šport in naredila izračune o tem kaj se splača bolj enostavne: prednosti zmage so se zdele večje kot riziko možnega razkritja sleparjenja. Zato se sedaj toliko pogovarjamo o tem, da bi lahko naše odločanje bolje razumeli in nanj vplivali, da bi bil šport bolj human za vse udeležence v njem.

Naše razumevanje moralnosti so poskušale razložiti različne teorije, ki so se usmerjale predvsem na razvoj moralnosti in na moralno vedenje kot tako. V okviru tega so najbolj prepoznane strukturne razvojne teorije in teorije socialnega učenja. V okviru morale v športu se je velika večina raziskav naslanjala na Kohlbergovo, Haanino in Restovo teorijo (Kavussanu, 2004, 2007), ki jih bomo, na kratko, spoznali v nadaljevanju.

2.1.1. Strukturne teorije moralnega razvoja

Te teorije razumejo moralni razvoj kot urejen razvoj, ki poteka skozi faze, ki so rezultat interakcije med posameznikom in okoljem. Razlikujejo med vsebino, ki jo predstavljajo prepričanja, misli, vrednote in strukturo, ki predstavlja posameznikove vzorce moralnega presojanja (Kurtines in Gewirtz, 2014).

2.1.1.1. Teorija L. Kohlberga

Koncept morale je po Kohlbergu (1984) bolj filozofsko-etičen kot pa vedenjski, kar izdaja njegovo kognitivistično usmerjenost, po kateri je morala predvsem koncept. Posledično preučuje moralne sodbe in, ne, na primer, moralnih dejanj ali čustev. Zato se tudi opredelitev morale nanaša predvsem na naravo moralne sodbe. Slednje so “za razliko od

razumskih ali estetskih sodb, naravnane k univerzalnosti, inkluzivnosti, konsistentnosti in so osnovane na objektivni, neosebni in idealni osnovi" (Kohlberg, 1984, str. 170). Kohlberg nadalje razmišlja, da višje stopnje moralnega sklepanja temeljijo na višjih stopnjah logičnega sklepanja. Razvoj logičnega mišljenja je nujen, vendar ne zadosten pogoj za razvoj moralnega presojanja, saj obstajajo mnogi posamezniki, ki so na višji stopnji razvoja logičnega sklepanja in vzporedno na nižji stopnji moralnega razvoja. Obratna situacija ni možna.

Kohlberg (1984) je izdelal teorijo o kulturno univerzalnih šestih stopnjah razvoja dojemanja koncepta pravičnosti in moralnega presojanja. Moralna sodba se, po njegovem mnenju, razvija preko univerzalnih in nespremenljivih stopenj k vedno večji diferenciranosti in integriranosti. Poleg tega izpostavlja invariantnost stopenj, kar pomeni, da posameznik v svojem razvoju lahko iz stopnje v stopnjo napreduje samo v zaporednem vrstnem redu in stopenj ne more preskakovati. To ne pomeni, da vsak doseže vse stopnje, ampak se lahko ustavi kjerkoli na razvojni lestvici.

Kohlberg je (1982; Kroflič, 1997) šest stopenj združil v tri moralne usmeritve, tako da vsaka moralna usmeritev zajema dve moralni stopnji:

Predkonvencionalna usmerjenost - pred-odgovorna (1. in 2. stopnja):

Presojanje na nižji stopnji od predkonvencionalne moralne usmerjenosti je predmoralno ali anomično, posameznik ni sposoben prepoznati dileme in o njej soditi (Kohlberg, 1982; Kroflič, 1997). Njegovo vedenje je usmerjeno le na doseganje trenutnega fizičnega zadovoljstva. Moralne sodbe na predkonvencionalnem nivoju so pretežno egocentrične in hedonistične. Motivacija za moralna dejanja in nadzor sta zunanja (strah pred fizičnim ali materialnim kaznovanjem, želja po nagrajevanju). Na tem nivoju posameznik še ne razume vpliva socialnih pravil in norm na moralno odgovornost. Glede na podatke nekaterih raziskav je na tej ravni tudi veliko adolescentnih in odraslih delikventov (Laufer in Day, 1993).

Konvencionalna usmerjenost - konformistična (3. in 4. stopnja):

Posamezniku na tem nivoju postanejo pomembnejša socialna pričakovanja, družbena pravila, norme (Kohlberg, 1982; Kroflič, 1997). Tako postane motivacija za dejanja notranja, vendar pa je nadzor nad dejanji še vedno zunanji (pravila poleg predpisanega vedenja predpisujejo tudi kazni v primeru kršenja pravil). Posameznik ne razume, da so tudi družbena pravila rezultat dogovorov in da jih je mogoče spremeniti. Merilo za pravilnost ravnanja je socialno odobravanje; cilj vedenja je vzdrževanje odnosa, lojalnosti, zaupanja ipd. Posamezniki vrednotijo dejanja v skladu z vrsto motiva ali značilnostmi osebe, ki to dejanje izvaja (dober človek - dobro dejanje ...). Posameznik ločuje med moralnimi pravili in dolžnostmi ter mnenjem referenčne skupine, prevzame stališče družbe, ki določa vloge in pravila ter razume odnose v smislu njihovega mesta v sistemu. Njegovo ravnanje usmerja predvidevanje odobravanja oziroma spoštovanja v očeh drugih. Pomembno je, da pri posamezniku pride do ponotranjenja (internalizacije) pravil oz. norm, ki postanejo del posameznikove osebnosti, v obliki njegove vesti. To je raven moralnega presojanja večine adolescentov in odraslih posameznikov (Kohlberg, 1984).

Postkonvencionalna usmerjenost – principialno-moralna (5. in 6. stopnja):

Moralno presojanje sloni na samoizbranih etičnih principih, ki obstajajo poleg socialnih norm in pravil (Kohlberg, 1982; Kroflič, 1997). Motivacija in nadzor nad dejanji postaneta tu notranji (vzpostavitev vesti), saj imajo standardi za vedenje notranji izvor, odločanje za dejanje pa temelji na notranjih procesih mišljenja in presojanja v zvezi z dobrim in slabim. Posameznikovo moralno presojanje temelji na principih (načelih), ki imajo splošnejšo veljavnost (občost). Obstaja možnost nasprotovanja dveh socialno sprejetih standardov, to pa se rešuje s procesom racionalnega argumentiranja obeh standardov in odločanje za boljše argumentiran standard. Človek na tej stopnji izbira univerzalne vrednote in pravice, ki naj bi jih vsak želel vgraditi v moralno družbo. Posameznik si sam izbere etična načela (to so vseobsegajoča in obča načela pravičnosti), ki jim bo sledil. Zave se torej univerzalnih etičnih načel, t.i. univerzalnih principov pravičnosti, kot so: enakost človekovih pravic in spoštovanje življenja ter dostojanstva ljudi kot individualnih oseb. Na tej stopnji naj bi bil posameznik sposoben v popolnosti prevzeti perspektive vseh udeleženi v moralni dilemi in se odločiti glede na univerzalna in vzajemna etična načela. Postkonvencionalno raven moralnega presojanja dosežejo le nekateri posamezniki; običajno okrog 30. leta starosti,

vsekakor pa ne pred dvajsetim. Na postkonvencionalni ravni naj bi bilo okrog 25% odraslih oseb (Kohlberg, 1984).

V zadnjih letih raziskovanja je Kohlberg razvil tudi teoretično idealni koncept sedme stopnje moralnega razvoja. Sam namreč pravi, da znotraj šestih stopenj ni našel odgovora na temeljno vprašanje: "Zakaj sploh biti moralen?" (Alexander in Langer, 1990). Zato je opredelil vseobsegajočo stopnjo, ki posega na področje filozofsko-religiozno-duhovnega metafizično transcendentalnega. Označuje jo občutek povezanosti z vsem obstoječim in prevzemanje kozmične perspektive, iz katere izhaja tudi moralna optika te stopnje. Na sedmi stopnji naj bi človek torej presešel omejitve univerzalno humanistične perspektive šeste stopnje in namesto povezanosti z vsem človeškim, čutil povezanost z vsem stvarstvom. To je stopnja, na kateri je presežena še zadnja sled egocentrizma, kjer se Jaz in kozmos zlijeta v eno. Tu ni več razlike med Jaz in Ti in med Mano in Naravo. Najbližje tovrstni izkušnji bi lahko bila izkušnja Biti ali kozmične zavesti (Bucke, 1993). Kohlberg prehod do te stopnje opisuje kot preseganje krize ob doživljanju lastne končnosti iz perspektive neskončnosti in prestop na stapljanje z brezosebno in brezčasno (kozmično) perspektivo. Navaja, da je perspektiva njegove sedme stopnje v okviru zahodne filozofske tradicije najbolj opredeljena v jeziku teorije o naravnem pravu, katere predstavniki so, npr. Sokrat, Spinoza in Martin Luther King (Alexander in Langer, 1990). Seveda ostaja ta stopnja predvsem vizija možnega človekovega razvoja in ostaja, če v njo verjamemo, v dometu najbolj razvitih posameznikov človeške vrste (Maslow, 1982). Kljub temu da Kohlberg in njegovi sodelavci med svojimi preizkušanci niso odkrili nikogar s šesto stopnjo moralnega presojanja, pa je Kohlberg tako konstrukt šeste kot sedme stopnje ohranil, ker mu predstavlja najvišjo možno točko razvoja načela pravičnosti (Kohlberg, 1984).

2.1.1.2. Teorija N. Haan

Haan (1985, 1986) se je v svoji teoriji moralnih interakcij osredotočila na prepričanja ljudi, o tem kako naj bi delovali v moralnih konfliktih vsakodnevnega življenja. Ravno tako kot Kohlberg je govorila o nivojih moralne zrelosti, vendar na drugačen način. V njeni teoriji nivoji moralnosti odsevajo različna razumevanja načinov kako ljudje razmišljajo, rezonirajo skozi moralne konflikte v poskusih ustvarjanja moralnega ravnotežja. Pojem moralnega ravnotežja se nanaša na medosebna stanja, ko so vse strani v strinjanju glede

pravic in dolžnosti. Kadar se ljudje ne strinjajo s pravicami in dolžnostmi, so v moralnem neravnotežju, v katerem poskušajo vpletene strani ponovno vzpostaviti moralno ravnovesje z moralnim dialogom. Najbolj pogosta oblika moralnega dialoga je pogajanje, vendar pa se lahko pri tem uporablja različne oblike besedne in nebesedne komunikacije (Haan, 1985).

Teorija Norme Haan je manj abstraktna kot teorija Lawrence Kohlberga in prepoznava, da je morala produkt socialnih interakcij, skladno z njim pa govori, da se ljudje razvijamo in napredujemo skozi faze. Njene stopnje moralne aktivnosti se nanašajo na kvaliteto, s katero so posamezniki udeleženi v dialogu, ki upošteva lastne perspektive in perspektive drugih in kateri doseže vzajemno rešitev, s katero so zadovoljne vse vključene strani (Kurtines in Gewirtz, 2014). Njeni nivoji torej opisujejo situacijsko funkcioniranje in ne splošnih kognitivnih kapacitet. Na moralne odgovore posameznika v določeni situaciji vplivajo navade in situacijski odgovori na stres, proces skupine in značilnosti moralnega problema. V splošnem Haan razlikuje odgovore soočanja, ki vključujejo namen, izbiro, fleksibilnost in realistično oceno situacije, od obrambnih odgovorov, ki so rigidni, zanikajoči in izkrivljeni ter so osnovani na nerealističnih ocenah situacije in na magičnem prepričanju, da se lahko anksioznost sprosti, ne da bi direktno naslovili problema. Haan (1986) je v svojih raziskavah moralnega vedenja, konsistentno ugotavljala, da so posamezniki, ki so se sposobni soočati s stresnimi moralnimi problemi, prikazali višji nivo moralnega delovanja kot pa posamezniki, ki so čutili potrebo braniti se. To je zlasti veljalo za posameznike, ki so ostali odprti za možnosti, obvladovali svoja čustva ali bili empatični. Posamezniki, ki so izolirali dejstva in čustva, uporabljali abstrakcije za izogibanje svojim čustvom, ali premeščali krivdo ali slaba čusta, so prikazali nižje nivoje moralnih dejanj. Poleg tega je Haan tudi ugotovila, da člani skupin, ki so se pustile voditi in bile bolj dialogične, prikazali višje nivoje moralnega presojanja kot pa člani dominantnih skupin, ki so bili tudi manj dialogični.

Če povzamemo, njena teorija sloni na prepričanju, da je interakcija ključna značilnost vsakodnevne moralne zavesti (Haan, 1991). Iz vidika te teorije, moralnost ni sposobnost kognitivnega presojanja, ampak je socialna, čustvena dialektika praktičnega presojanja med ljudmi. Poleg tega poudarja, da so moralna dejanja ne samo posledica kompleksnih

misli, vendar tudi posameznikove kapacitete soočanja s stresom, sodelovanja v dialogu in razreševanja konfliktov.

2.1.2. Teorije socialnega učenja

Te predpostavljajo, da je vsaka vrsta učenja, torej tudi učenje moralnosti, kognitiven proces, ki se dogaja v socialnem kontekstu. Poteka tako skozi opazovanje vedenja kot skozi opazovanje posledic vedenja, to je nagrajevanja in kaznovanja, ki se lahko poveže tudi z ojačevanjem. Poleg opazovanja vključuje tudi izluščenje informacij na osnovi opazovanj in odločanje o izvedbi vedenja (proces imenovan tudi modeliranje oz. učenje po modelu). Glede na slednje se tako učenje lahko odvija tudi brez vidne spremembe v vedenju. Te teorije torej zagovarjajo, da kognicija, okolje in vedenje medsebojno vplivajo drug na drugega. Prvi predstavnik teorij socialnega učenja, in verjetno njihov najbolj znan predstavnik je, Albert Bandura (Kurtines in Gewirtz, 2014).

2.1.2.1. Teorija J. Resta

Rest pravi, da se moramo osredotočiti na razumevanje in razlaganje moralnih dejanj. O moralnosti govori kot o posebnih tipih socialnih vrednot, ki se nanašajo na to, kako ljudje med seboj sodelujejo in koordinirajo svoja dejanja z namenom vzdrževanja blagostanja v svojem socialnem okolju ter kako razrešujejo konflikte v medsebojni interesih (Zupančič, 1991). Rest pravi, da so za pojav moralnega vedenja nujno potrebni vsaj štirje procesi in da številni faktorji vplivajo na te procese (Kurtines in Gewirtz, 2014):

Prvi proces je interpretiranje situacije glede na prepoznavanje možnih smeri dejanj in kako bi ta dejanja vplivala na dobrobit drugih ljudi (Kurtines in Gewirtz, 2014). Gre za identifikacijo tega, kar v dani situaciji lahko posameznik stori za razumevanje lastnih emocij v kontekstu situacije, ugotavljanje, kakšne bodo posledice hipotetične akcije za soudeležence, identifikacijo vseh možnih načinov akcije ter specifično socialno moralno normo, ki je v tem primeru aplikativna. Prva komponenta zahteva tudi določeno stopnjo empatije, ki temelji na distresu posameznika, katerega vzrok je distres drugega.

Drugi proces je oblikovanje presoje o pravičnem dejanju, kar vključuje tako moralno presojanje (posameznikova odločitev, kaj bi se moralo narediti) kot moralen razmislek

(kriteriji, ki jih posameznik uporabi za oblikovanje moralnega presojanja). Proces vključuje posameznikovo sposobnost presojanja, o tem kateri način akcije je pravilen, dober ali pravičen ter na podlagi tega biti sposoben sprejemanja odločitev za možne akcije (Kurtines in Gewirtz, 2014). Strategije, ki jih posameznik uporablja pri definiranju pravilnega in nepravilnega, so predvsem veliko raziskovali kognitivisti. Glede na njihove ugotovitve posameznik ob odločitvi za neko strategijo informacije najprej interpretira, nato pa se odloči, kaj bi moral storiti. Ob tej predpostavki pa ostaja dokaj nejasno, kako bi posameznik dejansko realiziral svojo sodbo v realni situaciji in ali ima sploh sposobnosti akcijo izpeljati do konca.

Z vidika kognitivistov je osnova za odločanje o moralnih dilemah, koncept socialnega sodelovanja in spremljajoči pojmi, ki jih posameznik razvije z nabiranjem socialnih izkušenj.

Tretji proces je odločanje o akciji glede na izbor med možnimi nasprotujočimi si vrednotami. Za odločitev skladno z višjem nivojem moralnega presojanja, bo dal posameznik prednost moralnim vrednotam pred osebnimi (Kurtines in Gewirtz, 2014). Moralne vrednote lahko v dani situaciji izgubijo prioriteto na račun drugih vrednot, ki so za posameznika ali skupino pomembnejše, kar pripelje do diskrepance med moralnimi odgovori in dejanskim vedenjem. Zupančič (1991) navaja več teorij, ki govorijo v prid motivaciji za preferiranje moralnih vrednot pred drugimi, vendar dodaja, da nobena izmed teh ne daje zadovoljive razlage, glede na kompleksnost moralnosti in obseg spremenljivk, ki vplivajo na posameznikovo vedenje v določeni situaciji. Še vedno je namreč ključni problem ocena moči motiva (motivov) v dani situaciji. Ena izmed najbolj podprtih razlag pravi, da preferiranje moralne vrednote nad ostalimi, poleg želenega cilja, implicira relevantno vrsto kognitivne reprezentacije, pa tudi trenutno prisotnost pozitivnega čustva, ki podpre takšno odločitev.

Četrty proces je izvedba in implemetacija odločitve. Kaže se kot sposobnost izvedbe dejanja, vztrajnost in moč ega, ki omogočajo slednje nameri o moralnem vedenju in premagovanju morebitnih ovir (Kurtines in Gewirtz, 2014). Poleg moči ega na vztrajnost namere vplivajo še sposobnost kognitivne transformacije ciljnega objekta, pozitivno čustveno stanje in konstantnost miselnega toka tekom moralnega dejanja.

Ti štirje procesi so dinamični, vplivajo drug na drugega in nanje vplivajo številni faktorji (npr. motivacijski faktorji, socialne norme, utrujenost, distrakcija, faktorji, ki posamezniku fizično preprečijo določeno akcijo). Moralni razvoj naj bi bil tako pridobivanje kompetenc v vseh teh procesih.

Restov prispevek je ugotovitev (Zupančič, 1991), da moralni razvoj ni rezultat ene same komponente, ampak večjega števila komponent (izhajajoč iz štirih procesov), ki delujejo interaktivno: moralne občutljivosti, moralnega presojanja, moralne motivacije in moralnega uresničevanja. Interakcije med komponentami so kompleksne in ni nujno, da se pojavljajo v določenem zaporedju. Proces, ki so v ozadju vsake izmed štirih komponent, vsebujejo različne načine afektivnih povezav, ki se vključujejo v moralno vedenje, ne vsebujejo pa splošnih osebnostnih potez, niti ne predstavljajo štirih vrednot, ki konstruirajo moralno osebo. Pri samem procesu moralnega vedenja je potrebno dodati, da koncentracija na eno komponento lahko zniža pozornost na drugo komponento. Prav tako lahko pride do defenzivnega vrednotenja situacije in s tem do minimaliziranja moralne obveze. Ko pride do spoznanja posledic, pa lahko posameznik prevrednoti moralno situacijo in s tem obrne interpretacijo same moralne situacije ter začne izvajati alternativne akcije.

Drugi pomen (Zupančič, 1991), ki ga ima Restovo delo je še v tem, da skuša združiti kognitivni in situacijski pristop (interaktivno funkcioniranje štirih komponent moralnosti). Njegov model torej predvideva, da posameznik ob soočanju s konkretno socio-moralno situacijo le-to osmisli in identificira načine možnih akcij, ugotovi posledice teh akcij za vse protagoniste v situaciji, določi prioriteto vrednot in tako formira sodbo o tem, kaj "bi moral storiti". Ta sodba predstavlja bazo odločanju. Štiri komponente služijo le kot temeljne enote za analizo predikcije določenega načina akcije v kontekstu specifične situacije in ne kot generalne osebnostne poteze in vrednote, ki formirajo moralno sodbo.

2.1.2.2. Teorija D. Shieldsa in B. Bredemeier

Pri raziskovanju moralnosti v športu sta Shields in Bredemeier izvirala iz Restovega modela. Predlagala sta (Shields in Bredemeier, 1995), da:

- so vsi štirje procesi vključeni v katerokoli moralno dejanje v športu;
- nemoralno vedenje je rezultat šibkosti v kateremkoli od teh procesov;
- številne spremenljivke lahko vplivajo na vsakega od teh procesov.

Tri vrste spremenljivk lahko vplivajo na vsak proces: kontekstualni dejavniki, osebne sposobnosti in ego procesi. Kontekstualni dejavniki vključujejo socialno-okoljske spremenljivke kot so struktura cilja (npr. ali kontekst poudarja sodelovanje ali tekmovanje) in moralna atmosfera (npr. prevladujoče norme skupine ali ekipa kot celota pojmuje nekaj kot moralno vedenje ali ne). Osebne sposobnosti vsebujejo kognitivne in čustvene sposobnosti, ki omogočijo moralno vedenje. Prezemanje vlog in perspektiv drugih ljudi, moralno presojanje, motivacijska orientacija, regulacija sebe in spretnosti socialnega reševanj problemov so primeri kompetenc, ki jih potrebujemo za reševanje moralnih dilem. Ego procesi se delijo v procese soočanja, ki omogočajo ljudem, da razmišljajo jasno in koordinirajo svoje ideale in čustva ter na obrambne procese, ki se uporabljajo za izkrivljanje resničnosti, za vzdrževanje pozitivnega občutka sebe (npr. empatija in sposobnost koncentracije; Shields in Bredemeier, 1995).

2.1.3. Moralno odločanje v realnih življenjskih situacijah

Zanimivo je razmišljanje Krebsa in Denton (1997, 2005), ki trdita, da Kohlbergov model ne ponuja dobrega vpogleda v način, kako se ljudje odločajo v vsakodnevnih moralnih situacijah. Pri teh se pogosteje kot reševanje hipotetičnih dilem (kot je to pri Kohlbergovem ugotavljanju stopnje razvoja moralnega presojanja) pojavljajo težnje po vzdrževanju dobrih socialnih odnosov, podpiranju konceptov, ki so koristni za jaz, in opravičevanju vedenja, ki temelji zgolj na osebnih interesih. Pri odkrivanju stopnje presojanja po Kohlbergovi teoriji v soočanju z dilemami iz vsakdanjega življenja sta (Krebs in Denton, 2005) ugotovila, da študentje praviloma presojujejo na nižjih stopnjah kot v soočanju s filozofskimi dilemami (pri soočanju s filozofskimi dilemami na stopnji 3-4, pri prosocialnih dilemah na stopnji 3, pri antisocialnih dilemah na stopnji 2), kar nasprotuje postavki o invariantnosti stopenj in govori o tem, da ljudje ohranijo stare načine

presojanja in jih uporabljajo v določenih tipih dilem. Iz tega sledi, da moralno presojanje ni organizirano v strukture, ki so del celote, ter da se nove strukture ne transformirajo in ne nadomestijo starih struktur, ampak so strukture specifične za določeno področje.

Krebs in Denton (1997, 2005) sta navedla naslednje faktorje, ki bi lahko vplivali na to, da so ljudje vsakodnevne moralne situacije moralno presojali na nižji stopnji kot pa filozofske dileme:

- tip moralne dileme,
- količina uporabljenega časa za refleksijo,
- deontične izbire,
- namere, želeni izidi, zelene izbire,
- moralna atmosfera konteksta,
- občinstvo,
- self nasproti drugim osebam kot objekt moralne odločitve,
- pričakovane posledice moralne odločitve,
- čustvena stanja,
- grožnje egu,
- dostopnost izgovorov, racionalizacija, zanikanje odgovornosti.

Kot pravita avtorja (Krebs in Denton, 2005), bi bil lahko seznam faktorjev, ki vplivajo na moralno presojanje še daljši, nemogoče pa bi bilo empirično adekvatno raziskati vse možne interakcije med faktorji.

Njuna (Krebs in Denton, 2005) nadaljnja ugotovitev je tudi, da so kognitivni procesi, ki so prisotni v realno življenjskih moralnih odločitvah manj racionalni, bolj osredotočeni na lastno korist in bolj pragmatični kot kognitivni procesi, prisotni v filozofskih moralnih odločitvah. Ko pride do realno življenjskih odločitev, ljudje vedno razmišljajo, kaj bodo dejansko storili in ne, kateri je najbolj ustrezen način moralnega dejanja, kot je to značilno, ko se soočijo s hipotetično dilemo. Avtorja trdita, da so faktorji, ki jih ljudje upoštevajo pri soočenju z realno življenjsko moralno situacijo ter njihov vpliv na realno življenjsko moralno odločanje pod vplivom funkcionalnih namenov, ki lahko:

- sprožijo zadovoljevanje lastnih interesov

- težijo k vzpostavljanju socialne harmonije in
- so pod vplivom motivacijskih in čustvenih procesov.

Funkcije, ki so ključne za moralno presojanje so naslednje (Krebs in Denton, 2005):

- intelektualne funkcije: reševanje moralne dileme, identificiranje in opravičevanje najbolj moralnega načina vedenja; organizacija moralnih principov;
- funkcije, ki služijo zadovoljitvi lastnih interesov (zaščita, spodbuda in uveljavitev selfa): maksimalizacija materialnih in fizičnih reakcij (pridobivanje ugleda, statusa, medosebnih odnosov); ustvarjanje vtisa na druge, pripraviti druge, da preizkušajo moralnost selfa in potem požeti pohvale; ohranjanje psihološkega blagostanja, izogibanje psihološkim napetostim (krivda, kognitivna disonanca); vzdrževanje moralne identitete;
- funkcije, ki težijo k vzpostavljanju moralne harmonije: pripraviti druge, da spoštujejo zakone, pravila, avtoritete; ohranjanje normativnega reda.

Ob soočenju z realno življenjskimi moralnimi odločitvami ljudje običajno predvidijo in pretehtajo posledice alternativnih oblik dejanj (Haidt, 2013). Pri tem lahko posledice za njih same ali posledice za druge upoštevajo v različnih razmerjih in ravnotežjih. Posledice lahko ločimo na:

- materialne ali fizične posledice ali škodo,
- pozitivne ali negativne socialne in medosebne posledice ter posledice, povezane z ugledom,
- pozitivne ali negativne psihološke posledice, kot so krivda ali nestabilnost identitete.

Krebs in Denton (2005) opozarjata na raziskave, ki kažejo, da se ljudje lahko zavzamejo za dejanja iz kakršnegakoli razloga, moralne sodbe pa oblikujejo zato, da opravičijo svoja dejanja (ravno nasprotno, kot je predvideval Kohlberg). V skladu s tem sta avtorja prepričana, da ljudje oblikujejo moralne sodbe, ki bi opravičile njihovo težnjo k želenim ciljem ter reducirale kognitivno disonanco. Predvidena pričakovanja naj bi bila prej vzrok kot posledica nastanka moralnih izbir in moralnih sodb. V nasprotju s Kohlbergovim pojmovanjem funkcije prevzemanja perspektiv, ki naj bi ljudem omogočala upoštevanje

interesov vseh oseb vključenih v situacijo. Krebs in Dentonova (2005) trdita, da v primeru soočanja z realno življenjskimi moralnimi situacijami prevzemanje perspektiv lahko pomeni, da ljudje skušajo predvideti kakšne reakcije bodo sprožili z določenim dejanjem. Tako je lahko prevzemanje perspektiv neke vrste varovalni mehanizem, katerega namen je izogibanje socialnemu nasprotovanju, ohranjanje ter utrjevanje socialne podobe in posledično določanje najbolj poštenega izida za vse udeležence v situaciji.

Predvidevanje posledic za druge naj bi spodbujalo altruistično vedenje v primeru, ko gre za osebe, ki jih imajo ljudje radi in s katerimi se ljudje identificirajo (člani skupine). V primeru, ko gre za člane izven identifikacijske skupine, pa se sprožijo manj prijateljski in bolj tekmovalni procesi odločanja. V splošnem pa je bolj pomembna zaznana vrednost posameznika (pomembno je, da druge prepričam, da sem moralno bitje, ne glede na to, ali to zares sem). To ni nujno negativna stran človeške narave, kot se mogoče zdi na prvi pogled. Ugotovitve socialnih psihologov so namreč pokazale, da lahko prepričanja, predvsem pa idealni koncepti selfa, ki jih morajo ljudje prikazati, če hočejo vzbuditi vtis, da so moralni, determinirajo realnost. Tako postane prepričanje o lastni moralnosti samouresničujoča se prerokba – oseba se dejansko vede bolj moralno.

2.1.4. Moralno presojanje v športu

Presojanje v športnih situacijah je podobno kot v realnih življenjskih situacijah, ob tem, da je nivo moralnega presojanja demonstriranega pri športnikih v športnem kontekstu, običajno nižji kot ga zaznamo na drugih življenjskih področjih (Tenenbaum idr., 1996). Vendar pa na to vplivajo tudi nekateri specifični športni dejavniki. Tako se presojanje razlikuje glede na udeležbo v individualnem ali ekipnem športu, kjer je ena glavnih spremenljivk, nivo telesnega kontakta. V pričujoči nalogi smo se usmerili zgolj na ekipne športe, med katerimi pa je ravno tako razlika v meri kontakta. Nogomet in košarko tipično uvrščamo med športe s srednjim nivojem kontakta, rokomet in zlasti hokej pa med športe z višjim nivojem kontakta. Za prve je značilno, da je telesni kontakt priložnosten in postranski, za zadnje pa, da je impliciten in je hkrati tudi ciljno vedenje (Silva, 1983). Raziskave so pokazale, da nivo kontakta v športu vpliva na moralne spremenljivke, vključno z moralnim presojanjem, agresivnimi tendencami in vrednotenjem kaj je sprejemljivo vedenje v kontekstu športa. Razvidno je bilo tudi, da to bolj jasno velja za

moške kot za ženske v športu (Bredemeier, Weiss, Shields in Cooper, 1986, 1987; Silva, 1983; Conroy, Silva, Newcomer, Walker in Johnson, 2001; Tucker in Parks, 2001).

Športniki ekipnih športov so pokazali manjšo motivacijo za moralno vedenje kot športniki individualnih športov. Prvi naj bi bili pod večjim pritiskom prilagoditve, pritiskom pomagati ekipi doseči skupni cilj ter pod večjim subjektivnim vplivom skupine (Tucker in Parks, 2001; Conroy idr., 2001).

Vpliv socialnega konteksta

Socialen kontekst v katerem se šport odvija ima lahko močan vpliv na športnikovo moralno funkcioniranje. Pri tem so raziskovalci posvetili pozornost predvsem tem vidikom:

- *Moralna atmosfera*: ta vključuje niz skupinskih norm o moralnih dejanjih članov skupine (Power idr., 1989). Te skupinske norme vplivajo na moralno odločanje in posledično vedenje v športnem kontekstu (Shields in Bredemeier, 1995). Raziskave so se npr. osredotočile na moralno atmosfero glede na verjetnost za agresivnost do tekmeca in odkrile, da športniki bolj presojujejo takšno vedenje kot ustrezno, imajo večkrat namero izvedbe tega in ga tudi večkrat izvedejo, bolj kot trener in soigralci to presojujejo kot primerno (Stephens, 2001; Kavussanu, Roberts in Ntoumanis, 2002; Kavussanu in Spray, 2006). Tako se lahko sklepa, da korenine nešportnega vedenja ležijo v normah športne ekipe, ki postanejo sčasoma osnova vsakega tima.

- *Pomembni drugi*: kadar športniki zaznavajo, da pomembni drugi v njihovem socialnem okolju (starši, trener, člani ekipe) odobravajo vedenje, presojujejo takšna vedenja kot ustrezna in izrazijo tudi namen za njihovo izvedbo (Stuart in Ebbeck, 1995). Vedenja in subjektivne norme imajo pomemben in direkten vpliv na moralni namen. Skozi interakcije s pomembnimi drugimi, kot so starši, učitelji, trenerji in vrstniki, se ljudje naučimo kaj naj bi bilo primerno vedenje in sčasoma razvijemo pomembna prepričanja, ki vplivajo na namen moralnega vedenja (Vallerand idr., 1992). Pomembno je dodati, da posameznikova zaznava socialnega okolja, bolj kot dejanska mnenja pomembnih drugih, določajo posameznikov odnos in subjektivne norme do moralnega vedenja.

- *Motivacijska klima*: ta pojem se nanaša na kontekstualne strukture ciljev, ali ima športnik tekmovalne cilje ali tekmovalno- sodelovalne (Shields in Bredemeier, 1995). Pomembni drugi, iz te perspektive predvsem trenerji, postavijo kriterije za uspeh,

postopek ocenjevanja in razporeditev nagrad, kot dele konteksta. V osnovi se razlikuje med na ego osredotočeno klimo (imenovana tudi na rezultat osredotočena klima) in na spretnost, mojstrstvo osredotočena klima (imenovana tudi na nalogo osredotočena klima). Pri prvi je osnova primerjanje sposobnosti enega športnika z drugimi in osredotočenost na priznanje, nagrade. Dokaz za njihovo uspešnost jim predstavlja zmagovanje in uspešne se počutijo, kadar pokažejo superiornost nad drugimi. Pri drugi pa je poudarek na mojstrstvu v spretnostih in posameznikovi izboljšavi, na stalnem razvoju in zaobjemanju potencialov posameznika ter poudarjanju pomembnosti vsakega posameznika v ekipi. Športniki s takšno naravnostjo za kriterij presojanja lastne kompetentnosti uporabljajo svoje reference in se počutijo uspešne, kadar so dosegli mojstrstvo pri nalogi ali so se nekaj naučili. Ommundsen, Roberts, Lemyre in Treasure (2003) so poročali, da so se nogometaši v primeru visoke rezultatske in nizke na mojstrstvo osredotočene klime, bolj verjetno posluževali nemoralnih vedenj. Tisti, ki so imeli višjo mojstrsko klimo, so podali bolj zrele razlage za presojanje moralnih dilem in so imeli višje rezultate na štiri komponentah športnosti (predanost športu, spoštovanje socialnih konvencij, tekmecev, pravil in uradnih oseb; Dunn in Causgrove-Dunn, 1999; Lemyre, Roberts in Ommundsen, 2002; Miller, Roberts in Ommudsen, 2005). Športniki, ki so večinsko ego orientirani, se bodo bolj verjetno posluževali kršitve pravil in sleparjenja, če bodo menili, da bi jim takšno vedenje olajšalo dosego cilja - zmago. Več raziskav je pokazalo, da je za te športnike, namensko dejanje, ki lahko poškoduje drugega športnika legitimno (Duda idr., 1991, Dunn in Causgrove-Dunn, 1999; Kavussanu in Roberts, 2001; Kavussanu in Ntoumanis, 2003), da presojujejo na manj zrelem moralnem nivoju in da jih manj zanima dobrobit drugih športnikov, kot pa pri športnikih, ki so orientirani na nalogo (Tod in Hodge, 2001). Pri slednjih je kompetentnost namreč vrednotena glede na samopostavljene kriterije, tako sta sleparjenje in agresivnost do drugih za občutek lastne kompetentnosti nepomembna. Ti športniki želijo tekmovati po pravilih, saj jim lahko samo pravično tekmovalje omogoči resničen test njihovih sposobnosti. Enako kažejo tudi raziskave, ki so se usmerile na notranjo in zunanjo motivacijo, saj je slednja povezana z ego usmeritvijo, prva pa z usmerjenostjo na sposobnosti. Tako je notranja motivacija povezana z večjo verjetnostjo športnosti in fair playa (Vallerand in Losier, 1994).

- *Spol:* ženske v ekipnih športih izkazujejo večjo moralno zrelost in moralno presojanje tako v športnih kot v splošnih življenjskih dilemah (Bredemeier in Shields,

1986; Conroy idr. 2001). Moški presojaajo agresivna dejanja kot bolj upravičena in izkazujejo večjo tendenco k njim (Bredemeier idr., 1987; Duda idr., 1991; Kavussanu in Roberts, 2001; Kavissanu in Ntoumanis, 2003). Za takšno razliko je najbolj sprejeta kulturološka razlaga, da je sprejemanje agresivnosti bolj konsistentno z moško spolno vlogo (Jowett in Lavalley, 2007).

2.2. Fair play

“Nekje v ozadju športnice, kot si postala in v ozadju ur treningov in trenerjev, ki so te potiskali, je mala deklica, ki se je zaljubila v igro in ni nikoli pogledala naza j... igray zanjo.”

--Mia Hamm

[“Somewhere behind the athlete you’ve become and the hours of practice and the coaches who have pushed you is a little girl who fell in love with the game and never looked back... play for her.”]

-- Mia Hamm

Morgan, Meier in Schneider (2001) poudarjajo, da je splošno sprejeto, da šport uči vrednot, vendar pa je vsebina teh vrednot, ne glede na to ali so te pozitivne ali negativne, odvisna od načina, kako se o športu razmišlja, ga vadi in na koncu, kako se ga igra. Fair play pravi, da bi moral šport učiti pozitivnih socialnih vrednot. Glede na tovrstno stališče, se skozi fair play oblikujejo splošne moralne ali socialne vrednote in to skozi šport in fizično aktivnost. Problem nastane, ker so te socialne vrednote, vedno manj pozitivno pojmovane (vsaj gledano z vidika celotne družbe oz. skupin). Morgan s kolegi (2001) razlaga, da se zaradi obilice časa in napora, ki ga tekmovalec vlaga v trening, standardi nastopa višajo, kar je najbolj jasno pri objektivno merljivih športih, kot sta atletika in plavanje. Ampak bolj kot se standardi povečujejo, težavnejša postaja vsaka nadaljnja izboljšava in meja med zmago in porazom vse ožja. Tako lahko pride do še večje skušnjave za tekmovalca, da slepari in krši pravila, da bi naredil še dodaten korak, ki bi mu pomagal k uspehu. Zlasti je temu tako, če je športniku najpomembnejša zmaga. Posledično se vse bolj govori o fair playu, ki naj bi pomagal k čim večjemu vzdrževanju pozitivnih socialnih vrednot v športu.

Besedno zvezo fair play, ki ima svoj izvor v angleškem jeziku, je zaradi njene univerzalnosti težko enopomensko prevesti v druge jezike. Tudi v slovenski športni terminologiji jo za enkrat uporabljamo kot najprimernejši izraz za primere častnega odzivanja posameznikov ali ekip.

Največji problem pri preučevanju fair playa je, da le-ta ni natančno definiran (Butcher in Schneider, 2001; Morgan idr. 2001). Vsi znamo določiti ekstremno junaška dejanja in tista skrajno slaba. Dilema ostaja predvsem pri definiranju meje, kdaj je nekaj že pod povprečnim moralnim vedenjem. Kljub intuitivni moči termina še vedno obstaja veliko debat o njegovi vsebini in sestavljenosti in se ga povečini obravnava skozi razne deklaracije ali skozi opredeljevanje lastnosti, ki naj bi jih športnik, v okviru tega pojma posedoval (Butcher in Schneider, 2001; Morgan idr. 2001).

Najbolj običajno se fair play obravnava skozi razne deklaracije in v nadaljevanju bomo predstavili dve glavni. Prva je *Deklaracija Mednarodnega komiteja za fair play (CIFP - Comité International pour le Fair Play, 2007)*, v kateri je zapisano, da je fair play kompleksen pojem, ki vključuje številne vrednote, ki so ključne ne samo za šport, ampak tudi za vsakodnevno življenje. Osnovni Gradniki fair playa so spoštovanje, prijateljstvo, ekipni duh, pošteno tekmovanje, šport brez dopinga, spoštovanje napisanih in nenapisanih pravil kot so enakost, integriteta, solidarnost, tolerantnost, skrb, odličnost in veselje. Deklaracija nadalje razčlenjuje fair play na dve osnovni kategoriji, na individualno in strukturalno. Prva zajema predvsem osebno odgovornost udeležencev in njihovo spoštovanje:

- kontakta med tekmeci, tako psihološko kot fizično,
- skrbi za osebno zdravje in za zdravje drugih,
- naporov za doseganje uspeha in čim višjih možnih standardov nastopa,
- sprejemanja pravil in odločitev sodnikov,
- samokontrole tako ob zmagi kot ob porazu,
- sociabilnosti ter zavedanja interesov in pogledov ostalih tekmovalcev.

Strukturalna perspektiva pa obravnava skrb za odgovornost do športne federacije in zvez v povezavi s:

- formuliranjem pravil, ki naredijo šport zanimiv in privlačen,
- ustvarjanja tekmovanj, kjer imajo vsi bolj ali manj enake možnosti,
- kontroliranjem pogojev tekmovanj in treniranja, tako da se zagotovi varnost in zdravje tekmovalcev,
- razvijanjem aktivnosti in programov treniranja primernih za vse,
- kontroliranje komercialnih in političnih vplivov, ki bi lahko vplivali na pravičnost možnosti.

Ta deklaracija (CIFP Declaration, 2007) posebej izpostavlja fair play v vrhunskem športu. Fair play kot minimum zahteva strogo spoštovanje napisanih pravil, hkrati pa se usmerja, da bi bil v športu čim bolj živ športni duh, ki temelji na spoštovanju vseh tekmovalcev ter na skrbi za zdravje in interesu vseh. V vrhunskem športu je za to kritično pomemben faktor pritiska za zmagovanje, ko drugi s svojimi pričakovanji usmerjajo na tekmovalca. Za mlajše tekmovalce je še posebno stresen pritisk staršev ali učiteljev, ki iščejo izpolnitev lastnih ambicij in sanj, ali s strani šole ali kluba, ki je zelen prestiža. Za starejše tekmovalce je večji pritisk kluba ali trenerja, podpornikov kluba ali državne federacije ter gledalcev. V zadnjih letih se je bistveno povečalo število sponzorskih pogodb s športniki in te komercialne investicije lahko tudi veliko dodajo k pritisku na tekmovalčevo željo po zmagi. V nekaterih državah izražajo pritisk državne avtoritete, ki vidijo v športnih uspehih možnost za doseganje svoje politične prednosti. Tudi mediji pomembno vplivajo na vedenja in odnos tekmovalcev, še posebno tistih mlajših. Mediji lahko spreobrnejo tekmovanje, v aktivnost, ki ustvarja prekomerno rivaliteto in celo sovraštvo, namesto, da bi spodbujali prijateljske odnose.

Druga, za razumevanje fair playa, pomembna deklaracija je *Deklaracija za fair play*, ki jo je pripravil ICSPE (*International Council of Sport and Physical Education*) v sodelovanju z IOC in podporo UNESCO-a (1998). Ta deklaracija temelji na principih, da je vsako tekmovanje zaveza športu kot celoti in vsebuje okvir za boj proti vsem negativnim fenomenom moderne družbe, ki nasprotujejo športu skladnem s fair playem, športnim duhom in svobodno udeležbo posameznikov v športu. Ta deklaracija je zaveza za vlade in od njih

pričakuje, da bodo prevzemale in spodbujale visoke moralne standarde ter motivirale in podpirale posameznike in organizacije za apliciranje tovrstnih standardov v športnih aktivnostih. Spodbujale naj bi integracijo fair playa, kot osnovnega in bistvenega elementa športa na področju telesnega in splošnega izobraževanja, ter podpirale pobude, ki pripomorejo k promociji tega. Športne organizacije naj bi bile odgovorne za ustanovitev splošnega okvira fair playa, z jasnimi navodili o športnem vedenju ter ustreznimi sankcijami ob kršitvi teh. Morali bi predstaviti sistem, ki nagrajuje tako uspehe na tekmovanjih kot fair play in zagotoviti, da se primeri ustreznega vedenja promovirajo v medijih. V sodelovanju za mladimi bi morale športne organizacije sestaviti pravila, ki poudarjajo fair play in ne tekmovalnih rezultatov ter preprečujejo zlorabo otrok, posebno tistih, ki kažejo posebne sposobnosti. Vsi, ki načrtujejo aktivnosti za otroke in mlade, bi morali dati prednost zdravju, varnosti, dobrim pogojem in optimalnemu zmanjšanju pritiska in nasilja, ki krši otrokove pravice. Tu ta deklaracija, podobna kot deklaracija CIFP-a (*Comité International pour le Fair Play*), izpostavlja, da je največja grožnja fair playu naraščajoča pomembnost, ki se jo pripisuje zmagi. Slednja namreč prinese ugled tekmovalcu samemu, klubu ali športni zvezi, športnikovi državi in hkrati lahko pomeni tudi znatno materialno nagrado. Igranje na zmago je osnova tekmovalnega športa, vendar pa prevelika prisotnost skrbi za rezultat sam, pripelje tekmovalce do povečanega kršenja pravil. Ob podpori vnesene publike pride pogosto tudi do zaničevanja sodniške avtoritete. V strahu pred porazom lahko športniki vidijo tekmece kot hudobneže, ki jih je treba uničiti in včasih s sokrivdo managerjev in trenerjev celo z umazanimi in brutalni načini onemogočiti. Takšna zloraba je še pogostejša zaradi rastoče nediscipline in nasilja v celotnem modernem svetu, ugotavlja Deklaracija za fair play (1998).

Ta deklaracija izpostavlja odgovornost športnikov samih, saj pravi, da so ti najpomembnejši dejavnik v promociji fair playa in njegovem varovanju. Ne glede na prispevke k fair playu, ki jih lahko posredujejo drugi, je na koncu vedno športnik tisti, ki se odloči ali bo igral pošteno ali ne. Takšen športnik lahko bolj kot kdorkoli drug predstavlja vzor in vzgled za druge. Skozi lastno sledenje pravilom, skozi lastno občutljivost do tekmovalnega duha in s svojim konstantnim in absolutnim spoštovanjem sodnikov, ekipe, kolegov, tekmecev, gledalcev, lahko ilustrira celovit pomen fair playa. Vsak športnik želi zmagati, vendar pa ne želijo vsi tega doseči za vsako ceno, ne npr. z goljufanjem,

nepoštenostjo, jemanjem stimulansov ali drugih prepovedanih substanc. Deklaracija tudi izpostavlja športnikov odnos do drugih in poudarja, da ne sme neprimerno izpodbijati sodnikove odločitve, niti spodbujati druge k temu, ne glede na to ali je rekreativni športnik ali vrhunski športnik. Z lastne pozicije lahko z lastnim postavljanjem vzgleda usmerja prepričanja odraslih predvsem pa mladih športnikov, da igrajo pravično, na drugi strani pa lahko s svojim neupoštevanjem in nespoštovanjem pravil in drugih oseb usmerja ostale k ne spoštovanju teh. Vrhunski športniki so pod ogromnim pritiskom želje po zmagi, vendar lahko s svojo naravnostjo in vedenjem tako močno vplivajo na druge. Njihovo ravnanje v skladu s fair playem je še toliko bolj pomembno.

Poleg deklaracij imamo še druge poskuse določanja koncepta fair playa. Dabrowska (2010) je analizirala vse od leta 1964 podeljene Mednarodne nagrade za fair play in ugotovila, da štiri kategorije najbolj opredeljujejo to nagrado:

1. žrtvovanje zmage in rezultata za rešitev življenja ali zdravja nekoga,
2. sprejetje zmage dobljene samo v enakih tekmovalnih pogojih,
3. prizadevanje za zmago, vendar ne za vsako ceno,
4. priznanje napake, ki je ni opazil sodnik, kljub možni izgubi priložnosti za uspeh.

Avtorji knjige Čista igra (Morgan idr., 2001) so idejo fair playa opredelili v obsegu osebnostnih kvalitet posameznika, kot so npr. poštenost, lojalnost, iskrenost, spoštovanje tekmecev in pravil igre ter časten pristop k tekmovanju. Poleg tega fair play opredeljujejo še z veličastno gesto, plemenitim vedenjem, kontrolo skušnjavam in ga povezujejo s pojmom etike, moralnosti, galantnosti in gentelmenstva. Fair play pomeni priložnost za samorealizacijo skozi izboljševanje lastnih potencialov, z veseljem, vznesenostjo, dobrim zdravjem in zadovoljstvom. Predstavlja nasprotje zlorabi drog, nasilju, oportunističnosti, korupciji. Poudarjajo pa tudi, da se fair play ne nanaša zgolj na športnike, pač pa tudi na trenerje, sodnike, funkcionarje in na vse ljudi, ki prisostvujejo v športu kjer so pomembni tudi dosežki.

Tudi Smrdu (2002) je poskušala opredeliti fair play z vrednotami, in sicer v povezavi s konkretnimi vedenji. Na osnovi vprašalnika o fair playu je odkrila, da se naslednje vrednote povezujejo s fair playem: poštenost, pravičnost, odgovornost, športnost in

solidarnost, spoštovanje, enakopravnost ter neagresivnost. V nadaljevanju so predstavljeni osnovni opisi teh vrednot.

Poštenost

Bistvo fair playa je sestavljeno iz ohranjanja poštenosti na športnih tekmovanjih. Po A. Przyluska-Fischer (1993; Kowalska, 2015) se to bistvo izraža v sprejemanju naslednjih moralnih principov: princip sprejemanja vseh pravil igre, princip upoštevanja sodniških odločitev (kot predstavnika nepristranske ocene rezultata v športu), principu ohranjanja objektivno enakih pogojev tekmovanja (princip enakih možnosti), principu neizkoriščanja prednosti v spremembi okoliščin (kar je podaljšek principa enakih možnosti) in principu zavestne odpovedi možnemu nepoštenju za doseganje uspeha (čut za odgovornost za rezultat dosežen v skladu s pravili fair playa).

Na bolj vedenjskem nivoju tej vrednoti nasprotujejo naslednja dejanja, ki se pojavljajo v športu: laganje, kraja, nevoščljivost, škodoželjnost, podkupljivost, sleparjenje.

Pravičnost

Osnovna vsebina pravičnosti je spoštovanje napisanih pravil, kar je minimalni pogoj fair playa. Druga ključna in v športu najbolj odmevna vsebina pa je doping, katerega na tem mestu ne bomo podrobneje obravnavali tudi, ker ni tipičen za ekipne športe (Lumpkin idr., 1994).

V športu ločimo tri tipe pravil: konstrukcijska, proskriptivna in pravila športnega vedenja. Prva so se razvila postopno in zato, da izenačujejo tekmovanje ter služijo usmerjanju igre znotraj specifične tekme (npr. dolžina tekme, število igralcev, sposobnost igralcev ipd.). Ta pravila postavljajo meje vedenju igralcev in tako omejujejo vedenja na tista splošno primerna v športu in na akcije specifične za posamezen šport (Fraleigh, 1984, Lumpkin idr., 1994). Konstrukcijska pravila, kot pove ime samo, dajejo športu strukturo in pomagajo, da je tekmovanje pošteno za vse. Standardizirajo igralno okolje, tako da ima vsak športnik enake možnosti, da se odlikuje. Proskriptivna pravila jasno prepovedujejo specifična dejanja, pogosto ker so povezana z visokim tveganjem poškodb. Ta pravila so postavili tudi zaradi tega, da prepovedo igralcem namerne poskuse poškodovanja tekmeča. Pravila športnega obnašanja pa se nanašajo na obvezanost športnika, da bo sledil športnemu duhu in napisanim pravilom. Mnoga tovrstna pravila izključujejo

obnašanje, ki postavlja zmago nad vse ostalo. Zadnja pravila so sestavljena, da preprečujejo etično dvomljiva in včasih nasilna dejanja ter da kontrolirajo uporabo zastrahovanja in nešportnega vedenja z enim samim ciljem – zmago.

Šport naj bi bil ustvarjen za to kar so ljudje sposobni. Naše sposobnosti omejuje šport in hkrati nam ta ista pravila in omejitve pomagajo razviti naše sposobnosti. Na drugi strani vidimo kako se ta pravila prilagodijo, ko se naše tehnike in spretnosti izboljšajo. Na primer, pri metu kopja je bilo ravnotežje kopja pomaknjeno naprej, da se skrajša njegov let in se s tem ohrani varnost drugih tekmovalcev in gledalcev. Pri plavanju je sedaj dovoljeno plavati pod vodo samo prvih 15 metrov, ker bi sicer v velikih bazenih lahko preplavali pol bazena pod vodo in bili s tem hitrejši, saj je plavanje pod vodo hitrejše (Suits, 1990).

Odgovornost

Ta zajema vsebine, ki zahtevajo od posameznika, da je odgovoren do sebe in do drugih, da je sposoben prenesti resnico, ne glede na to, kakšna je. Odgovoren športnik tako zna sprejeti lastne napake, ne išče opravičila za njih in ker jih zna sprejeti jih lahko tudi prizna ter se zanje tudi opraviči ali lastni ekipi ali tekmeču (Lumpkin idr., 1994). Konec koncev je tudi športnik samo človek in napake so nekaj vsakdanjega in kot takšne jih mora tudi sprejemati ter jih hkrati, v svojem vedenju, minimalizirati. Vendar, če jih ne zna sprejeti in jih prenesti, potem jih tudi popraviti ne bo znal. Odgovoren športnik tudi sprejme svoje zadolžitve in jih poskuša kar najbolje opraviti, ne izogiba se obveznostim in torej ne simulira poškodb, da bi se s tem izognil kakšni obveznosti in ne simulira prekrškov, samo zato, da bi si pridobil določeno prednost. Na odgovornost kaže tudi točnost in delavnost na treningih, pa tudi udeležba na raznih tiskovnih konferencah in v medijih na sploh. Poleg tega pa mora biti še posebno vrhunski športnik odgovoren tudi v svojih izjavah, saj se mora zavedati, da je marsikateremu mlademu športniku vzor in se mora temu ustrezno obnašati.

Športnost

Fair play v športu pomeni sporazum med vsem športniki in trenerji, na vsakem tekmovanju, da se zavežejo določenemu načinu vedenja pred, med in po tekmi, tako da

se ta lahko razvija na smiseln in prijeten način. S sporazumom za pošteno udeležbo je povezan tudi pojem športnosti, ki vsebuje spoštovanje vseh tekmecev, odrekanje vsakršni nepošteni prednosti, biti ponižen v zmagi in dostojanstven ob porazu (Morgan idr., 2001; Howe, 2008).

Vallerand, Deshaies, Cuerrier, Briere in Pelletier (1996) ugotavljajo, da je raziskovanje športnosti težavno ravno zaradi pomankanja sprejete definicije. Zato se sedanje študije usmerjajo ravno v to področje, da bi dosegli eno skladno pojmovanje tega pojma. Športnost je bila konceptualno definirana kot: »splošen odnos do določenih vedenj v športu (Haskins, 1960; Kistler, 1975; po Vallerand idr., 1996), kot spoštovanje predpisanih norm in prepovedi etičnega kodeksa (Kroll, 1976; v Vallerand idr., 1996), kot pozitivna socialna interakcija povezana z igro (Giebink in McKenzie, 1985; po Vallerand idr., 1996) in kot vedenjska usmeritev v skladu z zreliimi moralnimi vzorci tudi kadar običajne zapovedi ali uspešne strategije spodbujajo alternativna vedenja (Weiss in Bredemeier, 1986; v Vallerand idr., 1996, str. 90).« Podobne vsebine v okviru športnosti opisujeta tudi Rudd in Stoll (2013). Glavna predpostavka Valleranda idr. (1996) je skladna s socialno psihološkimi teorijami, da je vrednost določenega vedenja priučena skozi medosebne interakcije z različnimi športnimi udeleženci, tako da se iz teh iz postopno razvije dogovor glede narave športnosti. Vallerand je poskušal dobiti ustrezno definicijo preko športnikov samih. Na vzorcu 1065 športnikov in športnic, ki so izpolnili vprašalnik z različnimi postavkami športnosti, je raziskava pokazala 5 faktorjev:

- posameznikova popolna predanost športnemu udejstvovanju, ki vključuje vedenja kot so: poslušanje trenerja, vlaganje maksimalnega navora na treningih in tekmah ipd.;
- spoštovanje pravil in funkcionarjev, ki zajema primere, kot so: spoštovanje pravil tudi, če jih tekmelec krši, ne kritiziranje sodnika, kadar se zmoti, vzdrževanje samokontrole ob napaki;
- socialni dogovori, zajema vedenja, kot so: čestitanje po tekmi, spodbujanje ekipnih kolegov in sprejemanje poraza;
- spoštovanje in skrb za tekmece;
- negativen pristop k športni udeležbi, ki opisuje pristop doseganja zmage za vsako ceno, zasmehovanje tekmecev in temperamentne izbruhe ob izgubljeni tekmi.

Iz opisanega je razvidno, da je tudi koncept športnosti v svojem bistvu multidimenzionalne narave. Vendar da je njen glavni koncept spoštovanje in skrb za druge, socialnih dogovorov in sebe (Abad, 2010). Vallerand idr. (1996) poudarjajo, da postanejo posledično pomembni koncepti socialnih teorij, kot so: enakost, socialna primerjava, relativna deprivacija, tekmovanje, altruizem in prosocialno vedenje, konformnost, poslušnost in socialna pravičnost.

Vallerand, Deshaies in Cuerrier (1997) so odkrili, da je športno vedenje, podobno kot moralno vedenje, odvisno od socialnega konteksta, v okviru katerega se določeno vedenje zgodi. Glede na takšno pozicijo, lahko številne kontekstualne sile vplivajo na športno vedenje. V omenjeni raziskavi gre predvsem za situacijske in strukturalne vplive. Prvi vplivi so tisti, ki se nanašajo na determinante, ki so ozko povezane z izraženim vedenjem. V okviru moralnosti so to koncepti kot: instrumentalne vrednote, pričakovane socialne posledice, hedonistična pomembnost, vložek/rezultat analiza in subjektivno pričakovanje koristi zelo uporabne pri napovedovanju vedenja. Tako je to razvidno pri strukturalnih silah, ki se nanašajo na vplive, ki izvirajo iz same strukture ali sporazuma športne ureditve. Tovrsten tip strukturalne sile je vključenost posameznika v individualni oz. ekipni šport. Vallerand s kolegi (1997) navaja več raziskav, ki razkrivajo, da so posamezniki vključeni v individualni šport in športniki vključeni v ekipnem športu pod vplivom različnega socialnega konteksta. Športniki v ekipnih športih so namreč podvrženi tudi pritiskom znotraj skupine, ki ga izvajajo člani ekipe in trenerji. Posledično se bodo verjetno počutili primorane konformirati se in delovati v smeri doseganja skupnega cilja.

Spoštovanje

Mnogi uvrščajo spoštovanje znotraj kategorije športnosti, katere nedvomno sestavni del je, vendar pa avtorica (Smrdu, 2002) meni, da jo je smiselno obravnavati tudi ločeno, ker se poleg s športnostjo, povezuje tudi, npr. z enakopravnostjo, odgovornostjo in agresivnostjo (Abad, 2010). Fair play zajema resnično željo, da vsi tekmujejo v enakih pogojih in se tako, kadar je mogoče, odreče koristi posebnih okoliščin, ki nepravilno ovirajo tekmece. V okviru tega športnik tudi ne dopušča materialnih ali fizičnih nesreč, se jim poskuša izogniti ali jih popraviti. Športnik z ustreznim spoštovanjem, tudi sprejme vsako odločitev sodnikov, ki ni prisojena v škodo kogarkoli ter kaže stalno pripravljenost

za sodelovanje s sodniki in drugimi avtoritetami. V določenih primerih, pa poskuša z ustreznim odnosom, opozoriti na njihove napačne odločitve, kadar te očitno omogočijo nepravilno prednost komerkoli. V okviru vrednote spoštovanja je pomembno tudi spoštovanje samega sebe, ki vključuje tako skrb za telesno, kot skrb za psihološko zdravje.

Enakopravnost

Problem enakopravnosti se v športu kaže predvsem skozi omogočanje enakih pogojev za udeležbo in tekmovanja vsem (Lumpkin idr., 1994). Prisotne so lahko tudi druge oblike neenakosti, kot so: spolna, rasna, religiozna, starostna neenakost in neenakost glede na športnike s posebnimi potrebami. Vzroki za nestrpnost so različni, vedno pa izhajajo iz nekih bojazni in nesigurnosti človeka, ki tovrstno gledanje podpira. Osnova je podobna, ne glede na to, ali gre za rasizem, ksenofobijo, antisemitizem, mizoginijo ali kaj podobnega, se nekoga drugačnega obravnava kot manjvrednega. Lahko pa se drugim priznava enake pravice kot sebi, se jim pusti njihove navade, vrednote, želje ter njihovo svobodo (če seveda ne kršijo svobode drugega). Osnova enakopravnosti je, da športnik drugih ne podcenjuje, ni zagledan sam vase, ima lastno dostojanstvo in pusti drugim, da ga imajo tudi oni.

Veselje

Na to komponento fair playa se pogosto pozablja, vendar pa je ključna za razumevanje športnega duha in duha fair playa. Loland (2002) jo postavlja, poleg vznemirjenja, izziva in zabave v samo jedro dobre igre in fair playa. Če postane tekmovanje tako resno, da športnik v njemu ne najde več veselja, potem nima več pravega smisla. Tudi Pierre de Cubertine je dejal, da se športniki ne bi nikoli smeli pozabiti igrati, tudi na vrhuncu borbe ne.

Agresivnost bo podrobneje obdelana v naslednjem poglavju.

Glede na to, da je fair play širši in kompleksen koncept, ga morda lahko bolje razumemo, če pogledamo, kaj je v njegovem jedru, t.i. športni duh. Ta ima zelo malo opraviti s takojšnjim izidom tekmovanja in praktično vse z gradnjo karakterja, z izkušnjo učenja povezano s srčnostjo, pa tudi z ustrežno odraslo odgovornostjo, ki je pomembna v tekmovalnem športu (Beamish in Ritchie, 2006). Na športni duh se sklicuje tudi Dixon

(2001), ki poudarja, da je problem nešportnosti v bolj legalnih, vendar moralno dvomljivih taktikah za ustavitev tekme (npr. verbalne provokacije, kletvice). Med nešportno vedenje se uvršča tudi t.i. profesionalni prekršek, do katerega pride, kadar se tekmeču onemogoči npr. lahek gol. Tovrstni prekrški so narejeni očitno in v pričakovanju kazni in kar jim je skupno, kot tudi vsem drugim nešportnim vedenjem, je kršitev duha igre. Športni duh ali duh igre, je zopet nekaj, kar je težko opredeliti. Da bi ga lažje razumeli, ga je smiselno najprej začutiti skozi kakšen primer. Italijanski tekmovalec v bobu Eugenio Monti in njegovi ekipni kolegi so na zimskih olimpijskih igrah v Innsbrucku, leta 1963, na tekmovalju samem, posodili bistven vijak boba angleški ekipi, ki sicer ne bi mogla tekrovati. Ti so potem osvojili zlato, Monti in ekipa pa bron (na naslednjih olimpijskih igrah, pa je Monti osvojil dve zlati medalji; Ecenbarger, 2008). Španski tekač Fernandez Anaya je deloval v skladu z ideali fair playa in športnega duha, na maratonu, decembra 2014 (Arribas, 2014). Bil je drugi, z znatno razdaljo do prvega, ko je videl, da se je Mutai (vodeči) ustavil precej pred ciljem, ker je verjel, da je že zmagal. Ko ga je Fernandez Anaya dohitel, se ga ni odločil prehiteti in tako zmagati, ampak je ostal za Mutaijem in ga z gesto roke usmeril k cilju. Fernandez Anaya, podobno kot Monti, ni imel interesa zmagati na ta način. Nekateri ugovarjajo, da športnik mora vedeti, kje je cilj in imajo prav, vendar pa je njihov ugovor zgolj formalen in prazen. Fernandez Anaya je vedel, kdo je tisti dan bolje tekkel. Obe dejanji sta lepi in častni, saj sta v njih športnika ponudila pomoč tekmeču, precej preko formalnih pravil, vendar pa povsem v skladu s športnim duhom. Ta torej izraža željo po doseganju svoje izpolnitve, živeti do svojega polnega potenciala, ne glede na druge udeležence. Ob takšni usmeritvi, tekmeči ne bodo nikoli videni kot ovira, ampak kvečjemu kot spodbuda, ki lahko športniku pokaže, da je njegov potencial še večji, kot je sprva predvideval. To iskanje odločnosti lahko poimenujemo tudi kot "arête". Ta je največkrat pojmovana kot moralna vrлина, ki zajema odličnost, znanje, krepost, hrabrost, srčnost in plemenitost, pri čemer so vse te vrednote tako cilj kot pot (Ilundain-Agurruza, 2015a). Kot Cleret in McNamee (2012) razlagata, da na koncu takšna dejanja pokažejo, da gre pri tekmovalju manj za dominantnost in bolj za generiranje človeške odličnosti. Odlični športniki izražajo v svoji izvedbi lepoto, virtuoznost in spretnost. Tipično so to akcije, vedenja, ki so narejena v stanju flow-a¹ in posledično lahko sklepamo tudi obratno,

¹ Flow se v slovenščino včasih prevaja tudi kot zanos, vendar je po našem mnenju to preozka beseda, za označevanje vsega kar flow pomeni (glej poglavje Rezultati in intepretacija), zato jo puščamo v originalni obliki

da v dejanjih, ki so v nasprotju s fair playem, te človeške odličnosti, skupaj z ustvarjalnostjo, virtuoznostjo, presežkom, ni.

Za naše razumevanje delovanja športnikov pa je pomembno vprašanje, zakaj bi kdo iskal odličnost v svojem delu, izpopolnjevanje svojih spretnosti ter znanj in zakaj bi nekdo iskal zmago, priznanje? Lahko se vprašamo tudi drugače, zakaj se bi kdo odločil, da bi deloval na osnovi notranje motivacije in zakaj nekdo drugi, da bo zanj bistvena zunanja motivacija? Kot smo videli, je namreč to ozadje ključno za delovanje skladno s fair playem oz. športnim duhom.

2.3. Ekipni športi in nekatere njihove značilnosti

“Talent zmaga tekmo, ampak timsko delo in inteligentnost zmagata prvenstvo.”

-- Michael Jordan

["Talent wins games, but teamwork and intelligence wins championships."]

-- Michael Jordan

V tem poglavju si bomo najprej pogledali, kaj ekipa sploh pomeni, kaj jo določa in kaj je tisto najbolj poglavito, kar lahko vpliva na to, da je ekipa več kot vsota posameznikov ali pa manj. V okviru tega se bomo osredotočili predvsem na nekatere socialne dejavnike (npr. socialno kohezivnost in odnos do tekmecev) in na nekatere čustvene dejavnike.

Oprelitev pojma ekipe nima enotne terminološke razlage, morda ker ima »na področju raziskovanja v športni psihologiji definiranje pojma ekipe zgolj akademski pomen, saj so ekipe v športu že same po sebi določene entitete, ki obstajajo pred raziskavo samo“ (Lavalle idr., 2004: str.183). Kljub temu pa si želimo čim bolj razumeti delovanje ekip in večina avtorjev poskuša to doseči s poudarjanjem določenih lastnosti ekipe. Forsyth (1999; Lavalle idr., 2004) tako pravi, da ekipo določajo: komuniciranje, medsebojni vplivi, interakcije, medsebojne odvisnosti, odnosi, psihološke pomembnosti, identiteta in struktura. Gergren in Gergren (1991, v Misja, 2003) menita, da so to: identiteta ekipe, skupna usoda, strukturirani vzorci interakcij, specifično komuniciranje, struktura, medsebojna odvisnost, medsebojna privlačnost, samokategorizacija in občutek enotnih

ciljev. Laughlin (1996), npr. izpostavlja pet značilnosti, ki naredijo ekipo: interakcija, struktura, kohezivnost, socialna identiteta in cilji. Carron s soavtorji (Paradise, Carron in Martin, 2014) pa izpostavlja kot ključne: kolektivno identiteto, občutek skupnega cilja, strukturirane vzorce interakcij, strukturirane metode komuniciranja, osebno in delovno soodvisnost, medosebne odnose ter skupno usodo in zaznavanje enote kot skupine.

Kljub različnim lastnostim, ki naj bi določale ekipo, pa vidimo, da se nekatere od teh ponavljajo praktično pri vseh definicijah. Tako lahko povzamemo, da so skupne in posledično verjetno lastnosti, ki najbolj določajo funkcioniranje posameznikov znotraj ekipe: skupna identiteta, struktura na različnih področjih, skupni cilji, kohezivnost (katera vključuje tudi odnose in medsebojne vplive), ekipna identiteta (lahko skozi socialno identiteto, občutek skupne usode, zaznavanje enotnosti). Glede na razsežnost omenjenih značilnosti, se bomo v nadaljevanju osredotočili zgolj na tiste, ki so ključne za našo raziskavo. Kot prvo naj omenimo značilnost interakcije med športniki v ekipi, saj smo glede na to izbrali udeležence v raziskavi. Glede na širino interakcij tako ločimo "interaktivne športe", ki vključujejo stalno koordinacijo akcij med člani ekipe (npr. nogomet, košarka, hokej, rokomet) in na "so-aktivne športe" (npr. odbojka; Landers in Lueschen, 1974; v Lavallo idr., 2004). Zaradi drugačne dinamike, tako med športniki znotraj ekipe kot med športniki med različnimi ekipami, smo se odločili za raziskovanje zgolj interaktivnih ekipnih športov.

Fair play, ki je izhodišče naše raziskave, je v mnogočem povezan z medosebnimi odnosi, saj ga med drugim sestavljajo tudi vrednote kot so spoštovanje, enakost in športnost, kot bomo podrobneje prikazali v nadaljevanju. Značilnosti ekipe, ki vsebujejo medosebne interakcije in skozi katere bi lahko bolje razumeli doživljanje ekipnih športov in posledično njihove tekmovalne odločitve, je več. Posledično smo jih strukturirali v skupno podpoglavje, v katerem bomo najprej pogledali osnove socialnih odnosov med športniki v ekipi, potem njihov način možnega oblikovanja in njihov pomen, skozi ekipno kohezivnost. Zatem se bomo osredotočili še na odnose do tekmecev in podrobneje na agresivnost, ki je iz različnih vidikov problematična (tudi) v športu.

2.3.1. Socialno-psihološke značilnosti ekipe

Kot prvo nas torej zanima, kako se posameznik prepleta z ekipo, da postane njen del in kako je to razvidno na vedenjski ravni. Bachman (2001) meni, da se posameznikovo vedenje določi in aktivira glede na vedenje skupine (ki ima zastavljen svoj cilj) ter glede na

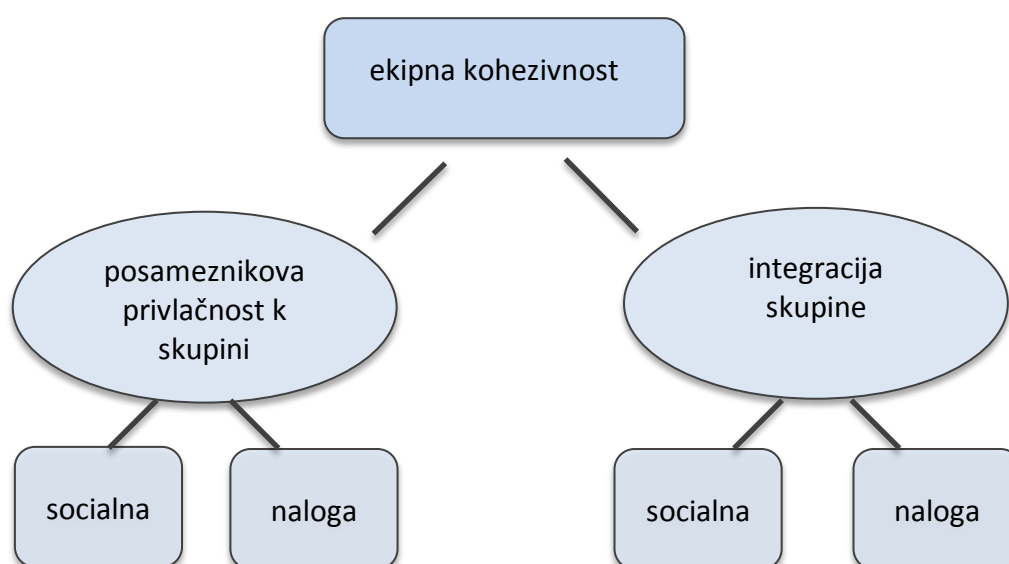
dinamiko interakcij med zahtevami za doseg cilja, izvedbo in skupinsko oceno možnih posledic vedenja. Od skupine nato, na osnovi tega, posameznik prejme impulze in usmeritve za nadaljnje vedenje. Tako se stalno prepletata posameznik in ekipa (kot skupek ostalih posameznikov). Kvaliteta in uspeh akcije posameznega športnika sta določena z njegovo lastno aktivnostjo in z aktivnostjo njegovih ekipnih kolegov, s katerimi je povezan. To, kako ekipa načrtuje igro in kakšen bo njen dosežek, je odvisno od stopnje razumevanja med igralci in njihove interakcije. Športno sodelovanje lahko pozitivno vpliva na športnikovo sposobnost ali direktno, z izboljšanjem ekipne izvedbe, ali posredno, s spodbujanjem posameznikovih tekmovalnih sposobnosti skozi ekipni duh. To sodelovanje ima lahko dva učinka, in sicer, na posameznika in na ekipo: vpliv skupine poveča prizadevnost posameznika in s tem izboljša njegovo tekmovalno sposobnost. Po drugi strani pa se s tem izboljšanjem posameznikovega angažmaja (ali zaradi sposobnosti in/ali zaradi prizadevnosti), izboljša tudi tekmovalna sposobnost ekipe. V tem procesu so tako dosežki ekipe vedno večji kot pa vsota dosežkov posameznikov. Da lahko to funkcioniira se morajo športniki naučiti podrediti osebne cilje, ciljem ekipe.

Socialni odnosi, ki se kažejo v telovadnici oz. na igrišču, pa se gradijo tudi izven tekmovalnih in treningov. Za optimalno sodelovanje na igrišču je potrebno prijateljstvo tudi zunaj tega. Ekipni šport namreč zahteva pristne medosebne odnose, da je lahko skupno igranje v ekipi v zadovoljstvo vseh vključenih. To je največje, če se lahko igra v ekipi skupaj s prijatelji in hkrati je to tudi ena osnovnih privlačnosti ekipnega športa. Da se lahko v ekipi gradi dober in iskren odnos ter da lahko interakcija in sodelovanje dobro potekata, sta ključna komunikacija in zaupanje. Večja kot je povezanost med člani ekipe, večjo odgovornost je posameznik pripravljen sprejeti nase. Športnikov občutek odgovornosti in njegova pripravljenost, da podpre svoje soigralce, v zameno dvigne nivo ekipne izvedbe.

2.3.1.1. Ekipna kohezivnost

Kohezivnost je definirana kot: »dinamičen proces, ki se kaže v tendenci, da skupina drži skupaj in ostane povezana za doseganje svojih instrumentalnih ciljev in/ali za zadovoljitev čustvenih potreb« (Carron, Brawely in Widmeyer, 1998, str. 213). Večkrat se jo pojmuje kot najpomembnejšo lastnost skupine. Glavne lastnosti, ki jih kohezivnost v športu združuje pa so: multidimenzionalnost, dinamičnost, instrumentalnost (skupine imajo

razlog, da obstajajo, imajo svoj cilj) ter vpletenost čustev. Kohezivnost je dinamična lastnost, ki se spreminja v času, v intenzivnosti, v obliki (npr. socialna kohezivnost in kohezivnost na nalogo oz. cilj) in v svojem razvojnem procesu. Glede na to je lahko v fazi formacije, razvoja, vzdrževanja ali razpustitev skupine in v vsaki od teh faz je kohezivnost drugačna. Pomemben vidik kohezivnosti, ki nas posebej zanima, je njena čustvena dimenzija. Kaže se skozi to koliko je posameznemu športniku v ekipi prijetno ob socialnem povezovanju z drugimi v ekipi in ob enotni usmerjenosti na skupno nalogo. Ta prijetna čustvena dimenzija je ključna, saj v skupinah kjer se ta izgubi, začne prihajati do konfliktnosti in pomanjkanja harmonije, kar lahko pripelje tudi do razbitja skupine (Carron idr., 2007).



Slika 2. Konceptualni model ekipne kohezivnosti v športu (Carron, Eys in Burke, 2007).

Različne študije so raziskovale, kaj vpliva na različne oblike kohezivnosti in odkrile sledeče (Carron idr., 2007):

- V principu velja, da večja kot je skupina, manjša je kohezivnost, ob čemer pa naj bi bilo optimalno število igralcev, za vzpostavljanje in vzdrževanje kohezivnosti, šest. Namreč, če je igralcev manj (npr. tri), se kohezivnost zmanjša in ne poveča, kot bi pričakovali glede na osnovno ugotovitev.
- Če ima ekipa višjo orientacijo na nalogo (imenovana tudi ciljna orientacija, instrumentalna kohezivnost), bo tudi njihova razporeditev odgovornosti za uspeh ali

neuspeh (izid tekme) enakopravno razporejena. Če je orientacija na nalogo manjša, pa se pojavijo samozaščitniški vzorci, tako da športniki individualno sprejemajo manj odgovornosti za izgubo kot sicer.

- Večja požrtvovalnost je pozitivno povezana s socialno in instrumentalno kohezivnostjo.

- Če trener nudi socialno podporo, pozitivne povratne informacije in je njegovo vedenje usmerjeno na jasno podajanje navodil, je kohezivnost večja. Demokratičen in delegativen način odločanja sta povezana z večjo instrumentalno kohezivnostjo. Če športnik zaznava, da je v njegovem odnosu s trenerjem prisotna obojestranska predanost, bližina in komplementarnost, bosta večja tako instrumentalna kot socialna kohezivnost.

- Pri ženskih ekipah je kohezivnostjo še bolj povezana z izvedbo kot pri moških ekipah (Carron, Colman, Wheeler in Stevens, 2002).

V okviru preučevanja dobrobiti kohezivnosti se je največ pozornosti posvetilo učinkovitosti ekipe in normam ekipe. Učinkovitost ekipe, ki se jo pojmuje kot: »posameznikov občutek ekipne kompetentnosti ob tem, da mora sam koordinirati in integrirati svoje vire za uspešen sodelovalen odgovor ekipe na specifične situacijske zahteve« (Carron idr., 2007, str. 95). Kohezivnost poveča stabilnost ekipe, zmanjša odsotnost in zamujanje športnikov ter poveča zaznavanje ekipne sposobnosti za soočanje s težavnimi in razdiralnimi dogodki.

Vse ekipe imajo svoje norme, ki so standardi vedenja, ki se pričakujejo od članov ekipe, pri bolj kohezivnih ekipah, pa so tudi norme bolj določene ali močnejše. Norme so pomembne, ker informirajo člane o pričakovanih skupine in bolj povežejo člane ekipe znotraj strukture skupine (Carron, Hausenblas in Eys, 2005). Raziskave so pokazale, da je večja kohezivnosti pozitivno povezana s konformnostjo skupinskim normam.

2.3.1.2. Odnos do tekmecev

Naslednja socialno-psihološka značilnost športnikov ekipnih športov je njihov odnos do tekmecev, saj ta močno pogojuje fair play vedenje. Odnos do tekmecev je definiran kot (Carron idr., 2005, str. 37): »pridobljen, bolj ali manj zaveden sistem, na osnovi katerega športnik usmerja svoje vedenje, ki velja tako pred kot med igro. Pogojen je s športnikovimi prepričanji, standardi ekipe in s trenutno oceno lastne moči za dobro izvedbo akcije kot tudi ocene moči tekmecev.« V tem kontekstu se običajno izpostavlja

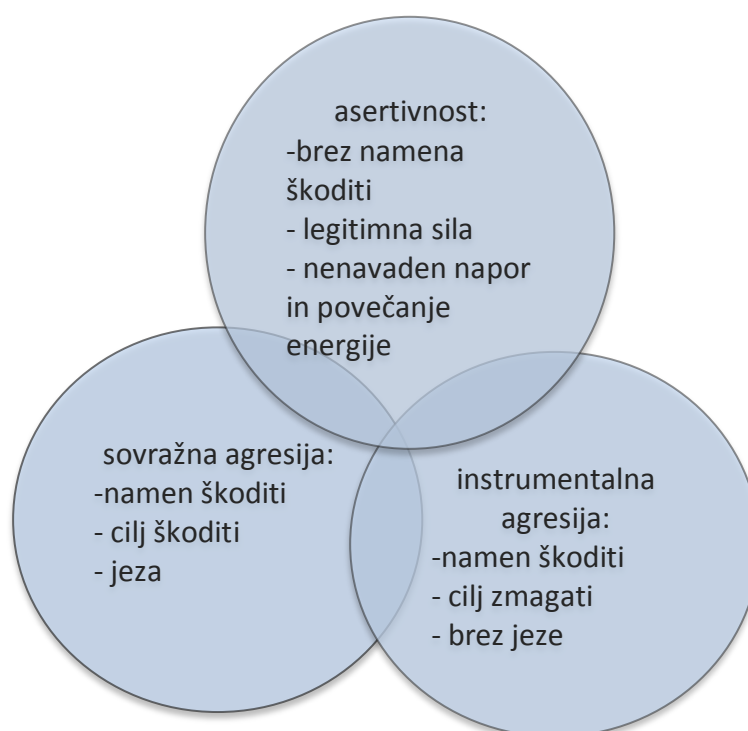
podcenjevanje in precenjevanje tekmecev. Kadar športniki precenjujejo svoje tekmece, jim primanjkuje zaupanja v lastno tekmovalno moč, postanejo neželjni tekmovanja in posledično neustrezno uporabljajo tehnične in taktične tekmovalne strategije. V igri postanejo pasivni in pustijo, da tekmečeva igralna taktika postane dominantna, torej pomembno zmanjšajo napadalno igro. Podcenjevanje nasprotne ekipe lahko povzroči pretirano samozavest, ki ravno tako oteži ali celo onemogoči optimalno izvedbo. Športniki igrajo z nizkim nivojem koncentracije, verjamejo, da bodo zmagali ne da bi uporabili vso svojo energijo. Največkrat temu sledi šok, da tekmeci niso tako slabi in se pojavi problem kako spremeniti brezbrizen način igre. Če se to ne zgodi dovolj hitro ali se naredi samo polovično, postanejo športniki nemirni. To zmanjšuje učinkovitost in prikazano ne bo ustrezalo optimalnim izvedbenim sposobnostim ekipe. Poleg tega se lahko nemir tudi izrazi v različnih oblikah agresivnosti, ki je ena od spefičnosti odnosa do tekmecev.

2.3.1.3. Agresivnost v športu

Različni avtorji različno opredeljujejo in ločijo med štirimi pojmi, ki se pojavljajo v kontekstu te teme, in sicer nasilje, agresija, agresivnost in asertivnost. Še največ konsenza je pri opredelitvi športnega nasilja (ang. *violence*), ki ga Morgan idr. (2001, str. 339) opredeljujejo kot »fizično žaljivo vedenje, ki se zgodi v športu in katerega namen je onesposobiti ali povzročiti fizično bolečino ali poškodovati drugega igralca (ali navijača, sodnika, policista itd.).« To je torej škodljivo vedenje, ki nima nobene direktne povezave s tekmovalnimi cilji v športu in je torej povezano z incidenti nekontrolirane agresije izven športnih pravil. Zelo podobno temu se pojmuje agresijo (ang. *aggression*), ki ima poleg fizične lahko tudi psihološko komponento oz. kot pravi (Silva, 1978, str. 17): »agresija označuje vedenje ali nagnjenost k namenskem, fizičnemu ali psihološkemu poškodovanju drugega živega bitja«. Morgan s kolegi (2001) pa pri agresiji izpostavlja zgolj psihičen vidik, saj je agresija zanj povzročitev sovražnega dražljaja ali psihičnega, verbalnega ali v obliki geste. Po drugi strani pa nekateri (Tenenbaum, Stewart, Singer in Duda, 1996, str. 230) zelo sorodno definirajo agresivnost (ang. *aggressiveness*), in sicer kot: »povzročitev sovražnega dražljaja, ali fizičnega, verbalnega ali v obliki kretenj, ki ima lahko namen poškodovanja druge osebe«. Ti sicer nadalje razdelijo agresivnost na: sovražno agresivnost (glavna ojačitev je sovražnost sama) in instrumentalno agresivnost, kjer je glavna ojačitev doseganje športnega cilja. V tem primeru lahko športnik poškoduje

tekmeca, ampak poglavitni cilj, ki ga želi doseči pri tem, je zmaga na tekmovanju. Po drugi strani pa na enak način Silva (1978) razčleni agresijo. Tudi Drew (2001) razlikuje med agresijo in agresivnostjo. Zanj se slednja nanaša na občutke zanosa v prizadevanju za doseg cilja in je zaželen del športa, vendar če se ne stopnjuje do odtujitve, katera je poleg maščevanja in/ali zamere značilna za agresijo.

Za dodatno komplikacijo poskrbi pojem asertivnosti (ang. *assertiveness*), saj za Kellerjevo (2007, str. 58) agresivnost pomeni izražanje asertivnih, učinkovitih, napadalnih, dominantnih tendenc ob sledenju doseganja cilja, vendar brez vključevanja namensko škodljivo vedenje. Morgan idr. (2001) razumejo asertivnost kot uporabo legitimnih sredstev za doseg lastnih športnih ciljev, brez namena poškodovati tekmeca. Thrirer (1993) pravi, da je glavna razlika med agresivnostjo in asertivnostjo v tem, da je namen asertivnega športnika doseči dominantnost in ne škoditi tekmecu. Vendar pa glede na zgornje definicije to velja tudi za agresivnost.



Slika 3. Izhodišča dveh vrst agresije in asertivnosti, ter njihovo prekrivanje. Prekrivajoča področja kažejo na področja nejasnosti (Cox, 1990; Silva, 1979).

Da poskušamo najti pot iz zmede definicij, postavimo razlikovanje, ki bo poskušalo zajeti večino različnih pogledov, predvsem pa nam določiti polje za nadaljnje razumevanje, raziskovanje in diskusijo o tej tematiki. Razvidno je, da se lahko vse štiri opisane pojme med sabo razlikuje glede na namen in vrsto oz. način dejanja. Glede na to lahko nešportna vedenja na kratko opredelimo na naslednji način:

- nasilje kot sovražno fizično dejanje, z namenom onesposobiti, povzročiti fizično bolečino in/ali poškodovati drugo osebo;
- agresijo (ali sovražno agresivnost) kot sovražno dejanje v obliki sovražnega ali provocirajočega govora in/ali gest, z namenom psihičnega poškodovanja drugega;
- agresivnost (ali instrumentalno agresivnost) kot dejanje, ki je nelegitimno in lahko deluje sovražno, vendar ima v svoji osnovi namen doseganja športnega cilja, tako da je največkrat povzročeno v zanosu tekmovalne borbe;
- asertivnost kot uporabo legitimnih sredstev za doseganje športnih ciljev.

Za boljšo predstavbo si pogledjmo nekaj najpogostejših oblik agresivnosti. Med besednimi oblikami so najpogostejše različne oblike provociranja in žaljenja (ang. *trash-talk*). Verjetno je najbolj znan primer tega Materazzijevo žaljenje Zidanove družine, na katero je ta odgovoril z udarcem tekmecca z glavo v prsi. Pogosta oblika agresivnosti je tudi zastrahovanje, ki se lahko izraža v vedenjski ali besedni obliki. Obe dejanji imata namen ovirati ali prestrašiti tekmecca ter tako izzvati določeno, manj uspešno oz. napačno tekmečevo vedenje. Tudi različne prevare v športu oz. namensko ustvarjanje drugačnega vtisa od dejanskega sodi med nešportno obnašanje, ki se ga uporablja pod pretvezo tekmovalne strategije. Primeri uporabe strateške prednosti vključujejo tudi npr. igralčevo hlinjenje poškodbe na koncu tekme, da lahko ekipa pošlje boljšega strelca za izvajanje prostih metov, namesto tekmovalca nad katerim je bil narejen prekršek. Omenjenim nešportnim vedenjem je skupna uporaba kakršnihkoli dvomljivih metod za doseganje želenega cilja – pridobivanja nešportne prednosti pod predpostavko, da jih sodniki pri tem ne bodo dobili in torej ne bodo kaznovani ali da se jim bodo njihovi tekmecci maščevali in bodo zato ti kaznovani. Predvsem kadar športnik čuti, da je vedenje do njega nepošteno, se lahko na tovrstne akcije odzove in posledično lahko to pripelje do nasilja (Lumpkin, Stroll in Beller, 1994).

Nešportno obnašanje pogosto vodi do objektivizacije tekmece kot sovražnika, ki ga je potrebno premagati fizično, mentalno in emocionalno. Športniki največkrat razkrivajo, da tekmece ne želijo povzročiti poškodb, zaradi katerih bi morali končati kariero, ampak takšno poškodbo, ki bi jih onesposobila za kakšno tekmo ali dve. Duda, Olson in Templin (1991, v Lumpkin, idr., 1994) so odkrili povezavo med povečevanjem vrednosti zmage in ego orientacijo, srednješolskih košarkarjev in košarkašic, ki pozitivno korelirata s prepričanjem o legitimnosti bolj agresivnega in manj športnega vedenja. Zdi se omembe vredno, da se nešportno obnašanje odobrava znotraj kulture športa in se celo povečuje, kadar je učinkovito. V kulturi športa sta tako agresivnost kot agresija tipično spodbujana in nosita pozitivno konotacijo, v nasprotju z nasiljem, čeprav je glede na formalne predpise, večinoma sankcionirana tudi agresivnost. Poleg tega se lahko v dejanski situaciji zelo hitro zabriše oz. spremeni namen dejanja in tako preide asertivnost v agresivnost. Tudi zaradi tega postaja agresivnost v športu, tako na igrišču kot izven tega, socialni problem.

Mnoge psihološke in sociološke teorije so poskušale razkriti, zakaj se pojavlja nasilje v športu (Lumpkin, idr., 1994). Nekatere menijo, da šport, tako pasivno kot aktivno, služi katarzi. Drugi predlagajo, da športniki postanejo športniki, ker imajo že predhodno agresivne tendence in potrebujejo socialno sprejemljive izhode za sproščanje teh. Tretja teorija trdi, da šport vzgaja nasilje s svojo strukturo in disciplino, da lahko samo tisti, ki se lahko podredijo okolju, ki poudarja konformnost, vendar na drugi strani nagraduje individualnost, nasilno vedenje preživi in ga razširi v nekatere športne situacije. Naslednja, teorija socialnega učenja, ki v razlago vnaša kulturološki vidik, predvideva, da se nasilje pojavi, ker je modelirano, kot rezultat posameznikovih interakcij z njegovim socialnim okoljem (Bandura, 1973; v Tenenbaum idr., 1996). Agresivnost se v športu pojavi, kadar so športnikova generalizirana pričakovanja za okrepitev agresivnega vedenja visoka (npr. nagrade) in kjer vrednost nagrade pretehta vrednost kazni. Tudi situacijsko pogojena pričakovanja (čas tekme, rezultat tekmecev, spodbujanje publike) vplivajo na športnikovo oceno primernosti aktivacije agresivnosti (Husman in Silva, 1984; po Tenenbaum idr., 1996). Pričakovanja nagrade (ali kazni) za agresivno dejanje se lahko naučimo iz predhodnih ojačitev (tudi ojačitve kazni) ali z imitacijo pomembnih drugih, kot so npr. trenerji, starši, športni idoli (Coakley, 2004; Bredemeier, 1980; Smith, 1988; Nash in

Lerner, 1981; v Tenenbaum, 1996). Velja pa tudi obratno, da bomo manj verjetno izvajali vedenje za katerega smo videli, da je bilo kaznovano. Za socialne teorije učenja je frustracija ena od mnogih izkušenj, ki vodi do čustvene aktivacije in s tem povečane možnosti za agresivno vedenje. Dollard, Doob, Nowrer in Sear (1939; v Visek, 2007) so postavili frustracija- agresija hipotezo, ki predpostavlja, da je vsaka agresija posledica frustracije in da frustracija vedno predhodi agresiji. V športu naj bi bila ravno frustracija, ki se poraja ob tem, da športniki sledijo ciljem, medtem ko jim drugi to poskušajo preprečiti, glavni sprožilec agresivnega vedenja. Raziskave namreč odkrivajo, da nivo frustracije dvigne predispozicijo posameznika za nasilno dejanje (Berkowitz, 1969; Tenenbaum idr., 1996), poleg tega pa je dejstvo, da se športniki prav v tekmovalnih situacijah pogosto čutijo frustrirane. Berkowitzov (1989) kognitiven neoasociativni model je reformulacija originalne frustracija-agresija hipoteze in predpostavlja, da frustracija rezultira v agresiji samo ob negativnem afektu in čustvih (npr. jezi, hostilnosti, iritaciji), kadar so prisotna socialno naučena agresivna izhodišča iz okolja. Čeprav čustva kot so jeza, ne vodijo vedno direktno do agresije, Berkowitz (1993) predlaga, da lahko sprožijo tendenco k agresiji.

Poleg frustracije ali tudi v povezavi s to, vpliva na obseg psihičnega in fizičnega nasilja v športu, tudi poudarjanje zmage. Torej, bolj kot se zvišuje pomembnost zmage (zaradi finančnih izplačil, statusa, simbolnih nagrad, ipd.) več igralcev bo pripravljenih uporabiti vsa razpoložljiva sredstva, tudi nasilje, za to. Mnogo profesionalnih športnikov je izjavilo, da se od njih pričakuje agresivno vedenje in da so plačani, da zmagajo, ne pa da skrbijo za tekmece ali za posledice svojih dejanj (Lumpkin, idr., 1994). Poleg tega dejavnika, ki vpliva na večjo izraženost agresije, so raziskovalci identificirali še nekatere druge: daljše obdobje udejstvovanja v športu in bolj profesionaliziran odnos (McIntosh, 1979; Visek in Watson, 2005), moški spol (Gardner in Janell, 2002; Silva, 1983), udeležba v kontaktnih športih (Mintah, Huddleston in Doody, 1999; Tucker in Parks, 2001), zaznava maskulinosti (Bredemeier, Weiss, Shields in Cooper, 1986) jeza (Berkowitz, 1993; Maxwell, Moores in Chow, 2007), nižji nivoji moralnega presojanja (Bredemier in Shields, 1986; Bredemeire idr., 1986), ego-orientacija (Duda, Olson in Templin, 1991, Dunn in Dunn, 1999; Tod in Hodge, 2001), norme ekipe (Stephens in Kavanagh, 2003) in vpliv pomembnih drugih, kot npr. trenerjev (DeVries, 1998; Loughhead in Leith, 2001), staršev (Smith, 1980), soigralcev v ekipi (DeVries, 1998) in mediji (Morra in Smith, 1995). Dodaten dejavnik je tudi država

izvora in kultura športnika, saj to vpliva na njegovo socializacijo, posledično na identiteto in preko vrednot, prepričanj, navad in socialnih praks na agresivno vedenje (Schwartz, 1999; Visek, 2007). Športniki z višjo športno identiteto, so bolj nagnjeni k občutenju jeze in posledično k izražanju več agresivnosti. Identiteta ima sicer večji vpliv na jezo kot pa na agresivnost, kar kaže, da jeza predhodi agresivnosti (Visek, 2007). Čustva so torej nedvomno pomembna in to v obe smeri fair playa. Konec koncev, so čustva način pozornosti, ki nam omogoča, da opazimo kar je moralno pereče, pomembno ali nujno za nas in našo okolico. Pomagajo nam zaslediti moralno pomembne »novice«. Poleg tega igrajo pomembno vlogo tudi pri sporočanju in prejemanju informacij drugim (McNamee, 2010). Zato je verjetno smiselno, da se bolj osredotočimo na čustva, na to kaj vpliva na njihov nastanek (npr. na dojetanje situacij kot frustracijskih) in na to, kako se ta čustva izrazijo (npr. skozi agresivnost).

2.3.2. Čustveni vidiki v tekmovalni situaciji

Jeza

Agresija, lahko tudi agresivnost, sta pogosto izraz jeze. Do takšnega čustva in posledičnega vedenja naj bi prišlo, ker vedenje druge osebe ogroža neko subjektivno vrednost in ima za cilj prisiliti drugega, da spremeni to vedenje (Rathschlag in Memmert, 2013). Pri tem je pomembno poudariti, da je agresija, ki izhaja iz jeze drugačna kot agresija, ki izhaja iz sovraštva ali iz prezira. Agresija, ki izhaja iz jeze, je namreč usmerjena na človekovo vedenje in ne nanj kot na osebo, ne na človekovo bitje, kar je značilno za agresijo iz sovraštva. Posledično jeza redko pelje v težje fizične poškodbe (Milivojević, 2008).

Posameznik torej občuti jezo, kadar ocenjuje, da se drugi brez razloga obnaša na način, ki ogroža nekaj, kar ima zanj pomembno subjektivno vrednost (Milivojević, 2008, str. 319). Izraz jeze v sebi nosi zahtevo za spremembo vedenja druge osebe, vendar je smiselnost tega čustva večstranska. Z jezo so povezane tudi razdraženost, frustracija in želja. Razdraženost in frustracija sta pomembni predvsem, kadar gre za kršitev neke pravice posameznika. Pravica je pojem, ki je socialno določen, ljudje so tisti, ki priznajo pravico, jo ogrožajo ali ji oporekajo. Pravica ni enako kot želja, saj ima prva dodatno vrednostno kvaliteto, zaradi katere posameznik smatra posamezne svoje želje upravičene ali neupravičene. Jeza je v tem pogledu, reakcija osebe na ogrožanje neke njegove želje, ki jo

pojmuje kot upravičeno in pravično. Socialni vidik jeze je tako povezan z občutkom moči, z občutkom lastne pomembnosti in pomena. Psihološki pomen jeze pa je v postavljanju meja posameznikovega Jaza («ego meje»). Na eksistencialnem nivoju jeza in agresivnost predstavljata posameznikov poskus urejanja sveta v skladu z njegovimi željami in vrednotami (Nesti, 2004). Na telesnem nivoju jeza pripelje do zelo hitre spremembe v organizmu, ki omogoča osebi prehod na višji nivo energije, s čimer naj bi se tudi dosegla telesna pripravljenost za prilagoditveno vedenje.

Strah in anksioznost

Naslednji sklop čustev, ki je pomemben za športnikove reakcije v igri, se nanaša na anksioznost in strah. V obstoječi športni literaturi je še vedno veliko zmedenosti v ločevanju pojmov, saj se ne samo strah in anksioznost, ampak tudi stres in vznburjenje večkrat obravnavajo kot pojmi, ki opisujejo isto čustvo in poleg tega se tako stres kot anksioznost tipično pojmujeta kot negativni stanji, kar pa ne kaže vseh možnosti doživljanja tega sklopa (Nesti, 2004, 2011). Poleg tega pri obravnavi anksioznosti v športu ostaja večja težava, ker večina študij preučuje nivoje predtekmovalne anksioznosti in se šele v zadnjem času kakšna študija posveča tudi zaznavam v povezavi z le-to (Nesti, 2004). Verjetno je ravno zaradi te raziskovalne usmeritve, veliko ugotovitev predvidljivih in nekako logičnih. Tako osnovno razumevanje športne izvedbe in tekmovalnega športa razkriva, da so športniki pogosto bolj živčni, bližje kot je tekmovanje in da bolj izkušenih tekmovalci ali tisti z višjo samozavestjo doživljajo manj skrbi in nižji nivo predtekmovalne anksioznosti. Kar je torej nekaj, kar nam je že samo po sebi očitno. Ob tem pa je zanimivo, da anekdotski zapisi in intervjuji kažejo, da se športniki pogosto počutijo dobro ali so vsaj precej nevtralnega razpoloženja, glede njihovega občutenja anksioznosti pred tekmovanjem. To kaže, da ugotovitve običajnih kvantitativnih raziskav zajamejo samo manjši del koncepta in razumevanja njegove dinamike. Da nam bodo bolj jasne možnosti v razumevanju anksioznosti in strahu, si bomo v nadaljevanju pogledali dva različna pojmovanja, klasično psihološkega in eksistencialno-fenomenološko psihološkega.

Klasičen pogled anksioznost loči od strahu po tem, da ni vezana na določen objekt oz. je faza med nediferenciranim vznburjenjem in strahom. Anksioznost je vezana na določena psihofiziološka stanja, medtem ko je strah vezan na lastnosti situacije. Tekmovanje je specifična situacija za športnika, saj pomeni konkreten cilj, ki povzroča zelo osredotočeno

motivacijo, kjer se športnik sooči z množico ovir na poti do cilja. Uspeh na tekmovanju mu prinaša celo vrsto pozitivnih ugodnosti in tudi potrditev pomena, prinaša pa tudi strahove, pred neuspehom, pred trenerjevo zavrnitvijo, pred negativno oceno javnosti, pred poškodbo ipd. Tekmovanje lahko zato deluje na športnika kot močan stresor. Prinaša napetost, ki se pri različnih športnikih odraža različno (Tušak in Faganel, 2004).

Nenadni valovi resne anksioznosti, na kritičnih točkah tekmovanja, so običajni v športu in se lahko pokažejo kot hitra dezintegracija igre v ključnih fazah tekmovanja. Tipično se zgodijo športnikom, ko se približujejo zmagi, vendar postanejo napeti ter zaskrbljeni glede neuresničitve te možnosti in lahko "zmrznejo". Kadar postane zmaga bližnja realna možnost, se nivo aktivacije močno poveča, do točke, kjer fizične funkcije vplivajo na izvedbo. Visok nivo aktivacije sam po sebi ne prinese te »zamrznitve« funkcioniranja, ampak pride do tega v kombinaciji z anksioznostjo. Tisti, ki jih ni strah ali izgubiti ali zmagati imajo pomembno prednost: še naprej bodo zaupali svoji igri in ne bodo spremenili pozornosti v procesu igre iz izvajanja določene spretnosti na zaključevanje naloge ali se poskušali preveč truditi.

Anksioznost poleg telesne, vključuje tako kognitivno kot tudi čustveno komponento. Kognitivna komponenta predstavlja mentalno oziroma doživljajsko komponento anksioznosti, ki jo sproža negativno pričakovanje uspeha, negativno samovrednotenje, slaba izpolnitev oziroma nedoseganje zastavljenih ciljev. Kognitivna anksioznost se v športu pogosto kaže v negativnem pričakovanju nastopa na tekmovanju (Hagger in Chatzisarantis, 2005).

Somatska anksioznost pa se nanaša na fiziološki vidik anksioznosti, ki se razvije neposredno iz avtonomnega vzburjenja. Kaže se v hitrejšem bitju srca, plitkem dihanju, potnih rokah, napetih mišicah, prebavnih motnjah ipd. (Martens idr., 1990). Raziskave Morrisa, Davisa in Hitchingsa (1990) so pokazale, da sta kognitivna in somatska anksioznost v stresnih situacijah povezani in medsebojno odvisni. Številne raziskave so potrdile negativno linearno povezavo med kognitivno anksioznostjo in uspešnostjo (npr. Cox, 1994; Trampuž, 2003). Raziskovalcem se zdi najbolj verjeten vzrok za to, pričakovanje, da posameznik ne bo uspešno izvedel tekme ali zaradi svojih slabših sposobnosti ali neustrezne pripravljenosti.

Že v okviru bolj klasično psihološkega pojmovanja je zanimiva hipoteza individualizirane zone optimalnega funkcioniranja (IZOF) smatra, da ima vsak športnik optimalen nivo razpona različnih čustvenih stanj, vključno z anksioznostjo, na katerem bo izvedba nadpovprečna (Hanin in Syrja, 1995). IZOF predstavlja zanimiv dodatek zaradi svoje specifične osnove in poudarjanja, da je anksioznost najbolje razumeti v odnosu do širokega razpona drugih pomembnih čustev.

Drugačen je pogled eksistencialno-fenomenološke psihologije, ki pojmuje anksioznost kot razpršeno zaskrbljenost, ki vsebuje nedoločen občutek. Strah pa je pojmovan kot psihološka in vedenjska reakcija na specifičen objekt nevarnosti (Nesti, 2004). Prvi je razmišljal o naravi anksioznosti Kierkegaard, v svoji knjigi *The Concept of Dread* (1844, v Nesti, 2004), navaja, da je anksioznost tako del kot zahteva za rast osebe, oz. jaza. Skozi soočanje z anksioznostjo, se posameznik uči zaupanja in poguma, da se bo lahko soočil s svobodo in življenjem in ne bo posvetil svoje energije izmikanju anksioznim izkušnjam. Kierkegaard je uspel ujeti paradoksalen vidik anksioznosti s tem, ko jo je opisal kot izkušnjo, ki spremlja nekaj, česar se simultano bojimo, vendar tudi želimo. Povedano bolj direktno, večkrat smo pristno anksiozni pred nalogo, ki pogosto vključuje neko znatno neugodje in vendar smo se pripravljene soočiti z izzivom, zlasti v situacijah, kjer se čutimo sposobni in je aktivnost bolj ali manj svobodno izbrana.

Podatki dnevnikov so odkrili, da se pri večini športnikov anksioznost ne pojavi v tekmovalni situaciji na predviden način, pred vključitvijo v tekmo, ampak, da so anksioznost in druga čustvena stanja bolj pod vplivom pomembnih, s športom nepovezanih življenjskih, dogodkov. Podatki kažejo, da lahko anksioznost bolje razumemo, ali kot negativno razpoloženjsko stanje povezano z resničnim ali zaznanim neuspehom ali kot bolj pozitivno stanje povezano s pričakovanjem želenega dogodka. Prvo se lahko nanaša na anksioznost vezano na razočaranje, zadnja pa na anksioznost vezano na pričakovanje in opisuje razpoloženjsko stanje kjer z anksioznostjo gledamo na izziv, ki se ga veselimo (Nesti, 2004, 2011).

Na športnikovo doživljanje anksioznosti in strahu vplivajo različni dejavniki, zlasti:

- Realno ocenjevanje tekmovalne situacije in zadostno samozaupanje, ki mu omogoča odločno tekmovati tudi v trenutkih, ko forma ni najbolj stabilna. V tem primeru je anksioznost manjša.
- Pričakovanja; športniki so običajno pod stresom, kadar doživljajo, da so pričakovanja do njih previsoka ali, manj običajno, prenizka. Posledično doživljajo anksioznost, napetost, splošno zaskrbljenost in občutljivost, zlasti v obdobju, ko se približuje tekmovalje ali tekom tekmovalja. Pri oblikovanju pričakovanj je pomembno, kako se športnik sooči s porazom oz. slabšo izvedbo, ali to ohromi športnika ali mu da spodbudo za naprej; ali si poraz razloži kot trenuten zastoj forme ali smolo ali kot posledico svojih pomanjkljivih sposobnosti.
- S perspektivo zmage, se športnikom zdi, da se povečajo pričakovanja drugih, kar si lahko prevedejo kot občutek pritiska, ki jih lahko začasno ohromi. Velike množice gledalcev običajno pomnožijo znana pričakovanja, ki se obrnejo v pritisk. Ob tem se zdi, da se športniki začnejo zavedati, da se od njih pričakuje zmaga in namesto, da bi nadaljevali z igro normalno, začnejo delovati bolj mehanično.

Precej blizu s teorijami, ki poudarjajo sestavljenost čustev iz večih komponent, je tudi Lazarusova (2000) kognitivno motivacijsko odnosna teorija, ki pravi, da so specifična čustva športnikov vodena z osnovno odnosno temo. Npr. osnovna odnosna tema jeze je: "vedenjska obramba mene in mojega" (Lazarus, 2000, str. 242). Osrednja odnosna tema je opis interakcije med športnikom in okoljem in je povzetek različnih ocen sodb. Vsaka osnovna odnosna tema za čustva ima biološko izpeljane vedenjske tendence ali impulze, ki jih je težko inhibirati. Vedenjska tendenca jeze je "močan impulz protinapada" (Lazarus 2000, str. 243). Ena od idej Lazarusove teorije je, da bosta osnovna odnosna tema določenega čustva in s tem povezana vedenjska tendenca vplivala na športnikovo izvedbo, v odvisnosti od kompleksnosti odnosa med športnikom in situacijo.

Čeprav je Lazarusov teorija širše sprejeta, pa so dokazi, da ni nujno, da so čustva povezana s specifično vedenjsko tendenco. To so pokazale zlasti raziskave v ekološko bolj veljavnih situacijah, saj se je v teh pokazalo, da ljudje lahko zadržujejo ali vplivajo na izraz čustev, zlasti pri t.i. pozitivnih čustvih (Fredrickson, 2001, po Rathschlag in Memmert, 2013). Erex in Isen (2002) sta odkrila, da je sreča pozitivno povezana z učinkovitim reševanjem problemov, vendar je sreča povzročila motivacijski naboj, samo, kadar je imela naloga določen nivo težavnosti.

2.4. Jaz

“Potrebno se je paziti velikih osebnih želja, ker te najbolj vplivajo na intuicijo; te objektivizirajo še tiste psihične prostore, ki se temu preprosto ne pustijo. Če podležeš takšni želji, ambiciji, izgubiš vsak notranji občutek. Da se intuicija lahko pojavi, moraš biti stalno v nekem ničelnem stanju.”

--Rok Petrovič

Tako raziskovalci kot praktiki začenjajo graditi bolj integracijske pristope za razumevanje človekovega vedenja (Weinberg in Gould, 2007) in skladno s temi se poskuša za razumevanje delovanje posameznika upoštevati več komponent oz. faktorjev. Predhodno smo že pokazali povezavo med čustvovanjem in delovanjem ter predstavili tudi raziskave, ki izpostavljajo pomen posameznikove identitete za razumevanje dinamike obojega, čustev in vedenja. V nadaljevanju bomo podrobneje pogledali osnovo, ki gradi identiteto², to je *jaz* (ang. *Self*).

Kot se je pokazalo pri praktično vseh poglavjih, tudi tu trčimo na terminološko težavo. Jaz je namreč eden tistih psiholoških pojmov, ki se uporablja precej na široko in v množtvu različnih pomenov ter opredelitev. Pojmovanj jaza je toliko kot je avtorjev, ki so pisali o njem, tako da je literatura polna različnih definicij in mnenj, ki so si tudi nasprotujoča (Kircher in David, 2007). Nekaj teh definicij bomo v nadaljevanju povzeli tudi tu, vendar naj najprej začnemo z enostavnim, a najpomembnejšim dejstvom: koncept jaza je konstrukt. Kot poudarjata Barrios in Markova (2007), ni nekaj naravnega, objektivnega, ni nekaj, kar bi imelo obliko in bi bilo postavljeno nekam v telo, npr. možgane, kot so to pojmovali v drugi polovici 19. stoletja (glej npr. Schacter, 1982). Tako kot naš svet, je tudi naš jaz konstrukt našega uma. Vendar pa ne živimo v izolaciji, tako je jaz konstrukt naših odnosov z drugimi jazi ter okoljem na sploh in poleg tega je tudi konstrukt odnosov znotraj njega samega (Barrios in Markova, 2007). S tem si lahko predstavljamo osnovne procese za oblikovanje jaza, vendar pa še ne vemo, kaj jaz označuje. Zato v tem poglavju nudimo sklop kratkih operacionalizacij koncepta jaza, z zavedanjem, da na tem prostoru,

² Najbolj je v psihologijo vpeljal pojem identitete Erikson, ki je razvil zelo široko uporaben in priznan model razvoja identitete. On je uporabljal pojem identitete tako kot so drugi uporabljali pojem koncept jaza (ang. self-concept), vendar pa se je skozi čas začel pojem uporabljati tudi kot del jaza, ki osmišlja nekatere vidike koncepta jaza (npr. Tajfel in Turner, 2004) in kot sopomenka pojmu jaza (npr. Swann in Bosson, 2010). Mi ga uporabljamo kot sopomenko s konceptom jaza.

ne moremo ponovno preiti vseh pojmovanj jaza, zlasti ob dejstvu, da se je pojmovanje tega začelo že v Platonovnih in Aristotlovih časih. Oba sta namreč med prvimi govorila o individualističnosti objektov in entitet (Annas, 1992, v Berrios in Markova, 2007). Ravno tako se tu ne moremo dotakniti vseh še odprtih vprašanj ob obravnavi tega koncepta, vendar pa bomo poskušali podati oris konstrukta, za zagotovitev osnovne jasnosti in razumevanje tega, vsaj iz perspektive, ki je pomemben za našo tematiko. Ob vsej poplavi pojmovanj, bomo tako izbrali tiste, ki so lahko pomembne za razumevanje doživljanja in delovanja športnikov.

V grobem bi lahko razdelili opredelitve jaza v tri vrste: opisne in splošne definicije, strukturalne in komponentne definicije ter funkcionalne definicije. Vendar pa lahko avtorji opredeljujejo pojem jaza tudi iz večih vidikov hkrati.

Primer prvih so, npr. Baumeisterjeva opredelitev, v kateri navaja (1999, str. 71), da je jaz: "Posameznikovo prepričanje o sebi, vključno z njegovimi značilnostmi in prepričanjem kdo in kaj jaz je." Jersil pa (1952) pravi, da je človeški jaz vsota vsega, kar lahko imenujemo svoje. Med drugim vključuje sistem idej, odnosov, vrednot in obveznosti. Jaz je človekovo celotno subjektivno okolje; je tipičen center doživljanja in pomembnosti. Sestavljen je iz notranjega sveta osebe, kot se razlikuje od drugega sveta, ki vključuje vse druge ljudi in stvari. Hume meni, da je jaz sestavljen iz skupka trenutnih vtisov, ki so spleteni skupaj z domišljijo (1739, v Gallagher, 2000).

Eno najzgodnejših formulacij jaza v moderni psihologiji bi lahko umestili med strukturalne definicije, saj v njej James (1981; po Musek, 1992) razlikuje med fizičnim, metalnim, spiritalnim jazom ter egom. Poleg tega pa je jaz razdelil tudi na jaz kot subjekt oz. poznavalec (ang. I; knower) in na jaz kot objekt oz. poznano (Me; James, 1981). Prvi deluje kot akter in je nosilec delovanja, imenovan tudi čisti ego. Drugi pa predstavlja podobo, ki si jo posameznik ustvarja o sebi, tj. samopodobo. Ta zajema vse, kar mislimo o sebi, da smo, in tudi vse, kar želimo pokazati, da smo (Musek, 1992).

Podobno kot James je jaz razumel tudi George Herbert Mead (1967), namreč da Jaz³ (ang. I) in mene (ang. me) tvorita osebo ali jaz (ang. *self*), pri čemer razume slednjega (mene) kot socializiran vidik osebe, prvega pa kot aktiven vidik osebe. Mene je tisto, kar je naučeno z interakcijami z drugimi in (bolj splošno) z okoljem: npr. odnos drugih ljudi do posameznika, ki ga je ponotranjil v jaz, konstituira mene. Ta vključuje tako znanje o okolju (vključno znanje o družbi) kot tudi o tem, kdo oseba je, njen občutek jaza. "Kar je posameznik sam zase, ni nekaj kar si je izmislil. Ampak je to, kakor ga pomembni drugi obravnavajo kot bitje. To je zato, ker se ljudje naučijo, kdo so ob opazovanju odgovorov in reakcij drugih, sebe ali svojih dejanj. Hkrati "mene" disciplinira "Jaz" tako, odzive Jaza vrednoti in na katero se jaz tudi odziva, npr. da ga zadržuje, da ne bi kršil zakonov skupnosti. S tem je blizu Freudovem "ego-censorju" (Inghilleri, 1999). Po Meadu (1967) je naše celotno obnašanje in doživljanje prežeto z avtomatskimi pričakovanji in predvidevanji tega, kar naj bi mislili in storili drugi. Pri tem so dejanja posameznika v stalni izmenjavi z dejanji drugih. Iz vidika jaza je pomembno, da so dejanja posameznika naravnana tako, da je v njih že upoštevano morebitno in pričakovano reagiranje drugega posameznika. Tako postane celotno delovanje po naravi intrasubjektivno oz. intrapersonalno.

Praktično vsi raziskovalci jaza se strinjajo, da je jaz sestavljen iz Jaz (I) kot akterja (npr. *Jaz razmišljam*) in mene (me) kot objekt (*razmišljam o meni*). Vendar kot poudarjajo sodobnejše teorije, akter lahko razmišlja in se zaveda svojega razmišljanja. To doda v pojmovanje jaza dodatno komponento – reflektivno kapaciteto. Teorije so si enotne, da je ta kapaciteta nujna za posedovanje jaza (Kihlstrom, Beer in Klein, 2003, Callero, 2003; Owens idr., 2010).

Lewis (1990) je preučeval jaz iz razvojnega vidika, skozi katerega je prišel do dveh aspektov jaza:

- eksistencialni jaz: je najbolj osnovni del sheme sebe ali koncepta jaza in se razvije kot prvi. Zajema pa občutek biti ločen in drugačen od drugih ter zavedanje konstantnosti jaza.
- kategorični jaz: pojavi se, kadar otrok spozna, da obstaja kot bitje z ločenim

³ Ker je v slovenščini prevod za ang. Self in za ang. I, enak – jaz, bomo tu, za lažje razlikovanje med obema pojmom, Jaz, ki se nanaša na ang. I, zapisovali z veliko začetnico.

doživljanjem in se začne zavedati, da je tudi objekt, ki se ga lahko doživlja in ki ima značilnosti. Ugotovi, da se tudi jaz lahko postavi v kategorije, kot so starost, spol, velikost ali spretnosti. Na začetku razvoja so kategorije zelo konkretne, kasneje pa lasten opis začne zajemati tudi reference notranjih psiholoških značilnosti, primerjalnih ocen in ocen drugih ljudi. To je potem ključno za razvoj samospoštovanja, saj, kot ugotavlja Argyle (2008), nanj vplivajo štirje večji faktorji: reakcije drugih, primerjanje z drugimi, socialne vloge in identifikacija.

Calhoun in Acocella (1983, str. 38) sta definirala jaz kot: "hipotetičen konstrukt, ki se nanaša na kompleksen set fizičnih procesov posameznika." Poleg tega sta identificirala pet vidikov jaza:

- telesni jaz (telo in njegovi biološki procesi),
- jaz kot proces (zaznavanje, odgovor, reševanje problemov in vedenjska komponenta jaza),
- socialni jaz (ljudje in vloge, npr. športnik, oče, študent, prijatelj),
- koncept jaza (mentalni portret jaza),
- idealni jaz (kaj bi posameznik lahko bil, če ne bi imel nobenih ovir).

Martens (1975), ki se je usmeril v preučevanje kognitivne ali opisne komponente jaza, tj. koncept jaza pravi, da ima koncept jaza (ang. *self-concept*) tri pomembne komponente: kognitivno, čustveno in vedenjsko. Kognitivna se nanaša na opisne termine – termini, s katerimi označujemo sebe (npr. inteligenten, privlačen, počasen). Čustvena je poznana tudi kot samospoštovanje (ang. *self-esteem*) in se nanaša na to, kako se počutimo glede kognitivnih pripisov, ki smo jih naredili o sebi. Vedenjska se nanaša na naše tendence, da se vedemo na načine konsistentne s kognitivnimi in čustvenimi komponentami. Ob tem dodaja, da jaz deluje kot samoizpolnjujoča se prerokba. Če povzamemo; jaz koncept je sestavljen iz shem jaza in je v interakciji s samospoštovanjem, znanjem o sebi in socialnim jazom, ki vse skupaj sestavljajo jaz kot celoto. Koncept jaza vključuje pretekle, sedanje in prihodnje vidike jaza, ob čemer prihodnji jazi (ali možni jazi) predstavljajo posameznikove ideje o tem, kaj bi posameznik rad postal ali kaj se boji postati. Možni jazi lahko funkcionirajo tudi kot spodbude za določena vedenja posameznika (Mayers, 2009; Nurius, 1986).

Na drugačen način, z bolj funkcionalnega vidika, je jaz preučeval Donald Winnicott (1965). Razlikoval je med "resničnim jazom" in "lažnim jazom", pri čemer naj bi resnični jaz slonel na posameznikovem občutku biti, nedelovanja, nečim, kar je vkoreninjeno v doživljajočem telesu (Klein, 1994). Tako se običajno zavedamo svoje aktivnosti, ne pa, da rastemo, da dihamo, ipd. Ravno te vrste kvalitete, ustvarjajo resnični jaz, ob katerem posameznik čuti sebe kot spontanega, avtentičnega in ima občutek živosti. Lažni jaz pa je videl kot obrambno fasado, ob kateri lahko v ekstremnih primerih, človeku primanjkuje spontanosti, hkrati pa je lažni jaz nujen za obrambo osebnosti oz. ega. Obravnaval ga je kot obliko obrambnih mehanizmov, kot vrsto skrbnika, ob kateri lahko resnični jaz še naprej obstaja. Lažni jaz ima po njegovem mnenju pet nivojev organizacije, in pri "zdravi" osebi je njen lažni jaz na petem (zadnjem) nivoju. Na tem je lažni jaz sestavljen iz tistega kar mu olajša socialno vedenje, iz navad in vljudnosti, ter iz čustev izraženimi na socialno sprejemljiv način, kar mu omogoča umirjeno socialno življenje.

V sodobni kognitivni znanosti se jaz najpogosteje deli na narativni ali socialni jaz in na minimalni jaz ali osnovni jaz, imenovan tudi ipseity. Prvi vsebuje kontinuiteto v času, torej spomine o preteklosti in namere za prihodnost. Nanaša pa se na osebno identiteto, ki zajema socialno identiteto, osebnost, navade, stil, osebno zgodovino itd. Za konstrukcijo narativnega jaza je ključen epizodičen spomin in ta se stalno oblikuje pod vplivi dejavnikov, med katere sodijo prirojene in pridobljene dispozicije ter socialno in kulturno okolje (Damasio, 1999; Gallagher, 2000). Minimalni jaz (ipseity) pa predpostavlja občutek obstoja kot subjekta doživljanja, je sestavljen iz občutka lastne aktivnosti (ang. *self-agency*) in lastništva, odgovornosti (ang. *self-ownership*) za aktivnost in kognicijo. To je pred-reflektiven, tih nivo sebstva (ang. *selfhood*), ki ga zaznavamo, tudi če bi se nam odvzelo vse nebistvene dele jaza. Še vedno bi imeli intuicijo, da obstaja "nekaj" osnovnega, neposrednega ali primitivnega, kar smo pripravljeni imenovati jaz. Koncept minimalnega jaza je omejen na to, kar je dosegljivo neposrednemu, prvoosebnemu zavedanju (ang. *self-consciousness*), kjer se vse izkušnje izražajo v prvoosebni perspektivi kot "moja" izkušnja. Pogosto vključuje reflektivne, metakognitivne procese, v katerih je posameznikov jaz predvsem objekt zavedanja. Zaradi tega je tudi bistven del identitete in

iz njega izhajajo psihološki koncepti kot sta samopodoba in samospoštovanje. Minimalni jaz tudi nima časovne razširitve kot jo ima narativni jaz (Parnas, 2007).

Trenutni pogledi na jaz v psihologiji se osredotočajo predvsem na njegovo funkcionalno vlogo in večinoma povzemajo, da igra jaz integralni del v človeški motivaciji, kogniciji, čustvovanju in socialni identiteti (Oyserman, Elmore in Smith, 2012). Sodobne teorije pa poskušajo tudi združevati več različnih pristopov za določanje in razumevanje pojma jaza. Primer tega sta Oyserman in Markus (1998), ki menita, da je jaz kognitivna struktura, ki lahko vključuje vsebino, odnose ali vrednostna presojanja, s katerimi si osmišljamo svet, usmerjamo pozornost na svoje cilje in ohranjamo lasten občutek osnovne vrednosti. Torej, če je jaz "Jaz" (ang. I), tisto kar misli in "Mene" (ang. Me), tisto, kar je vsebina teh misli, je pomemben del te vsebine tudi mentalni koncept ali ideja kdo sem, kdo sem bil in kdo bom postal. Če nadaljujemo pregled v smeri vplivanja jaza na človekovo funkcioniranje, ugotovimo, da je običajna tema med teoretiki, vpliv jaza na vedenje. Menijo, da je človeška aktivnost odvisna od medigre med jazom in situacijo oz. med posameznimi vidiki jaza, ki se izrazijo v trenutnem kontekstu in ob trenutni nalogi (Oyserman, 2007; Oyserman idr., 2012). Tudi majhne spremembe v kontekstu spremenijo posamezne vidike lastnega pogleda na situacijsko dogajanje in hkrati kontekst vpliva na trenutno zaznavo o posamezniku samem, njegovem jazu in identiteti (Jiang, Cho in Adaval, 2009). Raziskave kažejo, da jaz vpliva na motivacijo ljudi, njihovo razmišljanje, osmišljanje sebe in drugih, njihovega vedenja in čustvovanja ter na sposobnosti kontroliranja in reguliranja sebe (Baumeister, 1998; Baumeister idr., 2011; Brewer, 1991; Brown, 1998; Carver in Scheier, 1990; Higgins, 1989; Oyserman, 2007). Jaz je pomembno motivacijsko orodje, tako zaradi tega, ker se ga občuti kot stabilnost in ker so identitete, ki ga sestavljajo, dinamično zgrajene iz kontekstih predhodnih izkušenj, tako da se običajno čuti tudi kot dovolj fleksibilen. Jaz je uporaben, ker ljudje pri odločanju izhajajo iz tega, kako pojmujejo sebe, glede na svoje identitete in ker so te identitete situirane, pragmatične in uglasene z možnostmi in omejitvami trenutnega konteksta. Ljudje se ne odločajo tako, da se samo odzovejo na kontekstualna izhodišča, ampak je njihov odgovor moderiran in mediiran z učinkom teh izhodišč in tega kdo zaznavajo, da so v trenutku (Oyserman, 2007, 2009; Smeesters, Wheeler in Kay, 2010). Odločanje in osmišljanje posameznika olajša občutek, da se pozna, torej, da pozna svoj jaz. Ta občutek poznavanja sebe sloni delno na predpostavki stabilnosti, ki je osnova v vseh teorijah jaza, hkrati pa je,

morda paradoksalno, stabilnost ustvarjena na osnovi prilagodljivosti, kontekstualne občutljivosti in dinamične konstrukcije jaza kot mentalnega konstrukta (Oyserman, Elmore in Smith, 2012).

Pomemben del preučevanje funkcioniranja jaza je tudi njegova pogojenost in vzajemnost s socialnim kontekstom. Rezultati raziskav podpirajo idejo socialne konstrukcije jaza in pokažejo, da ljudje v splošnem v jaz vključujejo tisto, kar mislijo, da drugi mislijo o njih, čeprav so pogledi jaza običajno bolj pozitivni kot pogledi drugih (Felson, 1993; Shrauger in Schoeneman, 1979). Različne teorije jaza se strinjajo s postavljanjem razvoja jaza v socialen kontekst. Kontekstualni učinki na jaz so lahko časovno bolj oddaljeni, kot je, npr. starševska vzgoja, šolanje, kultura, širši čas in prostor, v katerem živi posameznik (tudi t.i. Zeitgeist), izkušnje, ki jih je nekdo imel zgodaj v življenju ipd. Kontekstualni učinki na jaz pa so lahko tudi bližnji, npr. psihološke posledice trenutnih situacij, v katerih se je posameznik znašel (npr. Hogg, 2003, 2006; Oyserman in Markus, 1993, 1998; Tajfel in Turner, 2004).

V splošnem lahko rečemo, da socialno okolje oblikuje jaz, vsaj na tri načine (Oyserman, Elmore in Smith, 2012):

- Ljudje bodo verjetno razvili svoj jaz glede na to, kar je pomembno v njihovem času in prostoru. Kaj je mogoče, kaj je pomembno, kaj mora biti razloženo, vse prihaja iz socialnega konteksta, iz tega kar je pomembno za druge in to vpliva na to, kaj bo posameznik sprejel za pomembno in za svoje.
- Da je posameznik lahko jaz, predvideva, da ga drugi sprejmejo in ojačujejo lastnost sebstva (ang. selfhood), ki okrepi občutek, da je jaz posameznika pomemben in da njegov trud lahko pripelje do rezultatov. To pomeni, da bi se ljudje morali počutiti bolje v svoji koži, bolj sposobne doseganja svojih ciljev ipd., v kontekstu, ki omogoča tovrstno podpiranje kot pa v kontekstu, ki tega ne omogoča.
- Vidiki posameznikovega jaza, ki so pomembni v danem trenutku, so določeni s tem, kar je pomembno v danem trenutku. Torej v določenem trenutku se bo pri posamezniku izrazilo tisto kar bo ocenil, da je pomembno za dotično situacijo.

Do sedaj smo torej pogledali kako socialni odnosi in kultura vplivata na razvoj jaza, hkrati pa ves čas poudarjamo tudi pomen konteksta. Raziskovalci so prišli še do drugih ugotovitev, ki so ravno tako pomembne za naše razumevanje delovanje športnika kot posameznika v kontekstu športne ekipe. Ena od takih ugotovitev je, da je odvisno od

konteksta (in ne od kulture) ali posameznik prevzame pozicijo »jaz« ali »mi« (Brewer, 1991; Brewer in Gardner, 1996; Hogg, 2006; Oyserman in Lee, 2008; Oyserman in Sorensen, 2009). Jaz lahko prevzame individualistično perspektivo, ki je usmerjena na zaznavanje posameznikove ločenosti in drugačnosti od drugih, lahko pa prevzame kolektivistično perspektivo in zaznava predvsem svojo podobnost in povezanost z drugimi. Kaj vpliva na to ali se bodo ljudje bolj verjetno odločili ločevati od drugih, primerjati se z drugim ali, da bodo druge vključili v svojo strukturo jaza? Raziskave so pokazale, da se v splošnem, ženske bolj pogosto zaznavajo kot povezane in v nekem odnosu z drugimi kot pa moški (imajo odnosni koncept jaza; Cross in Madson, 1997) ter da imajo večjo tendenco vključevanja dosežkov drugih v podobo svojega jaza kot pa moški (Kemmelmeyer in Oyserman, 2001, Stapel in Koomen, 2001). Kar pomeni, da če so del ekipe in bo ekipa igrala dobro, bodo tudi sebe ocenjevale kot boljše in obratno, če bo ekipa igrala slabo, bodo bolj verjetno tudi svoje sposobnosti ocenile kot slabše.

Glede na to, da je pojem jaza tako kompleksen in prepleten pojem, bomo na kratko povzeli glavne ugotovitve. V psihologiji je torej mnogo različnih teorij in definicij jaza, vendar se večina strinja, da je jaz sestavljen iz zavednih in nezavednih vidikov, osebnosti, kognicije, misli in čustev. Nanaša se na to, kako nekdo misli, vrednoti ali zaznava sebe. Vse te lastnosti se povezujejo v posameznikovo osnovno identiteto. Iz koncepta jaza izhajajo samozavedanje, samospoštovanje, samopodoba in znanje o sebi. Poleg tega je ključen dejavnik pri motivaciji, odločanju in vedenju. Gradi ga in nanj stalno vpliva socialno okolje s kulturo, hkrati pa je v trenutnih situacijah podvržen tudi vplivu konteksta. Glede na to, kar je pomembno v trenutku, se sprožijo oz. odzovejo posamezni vidiki jaza, ki so pomembni za ta trenutek, kar posledično pripelje do odločanja in aktivnosti.

3. Opredelitev problema in ciljev raziskave

Kot smo videli, se koncept fair playa prepleta z zelo različnimi področji, od morale, vrednot, motivacije, čustev do pojmovanja sebe. V kontekstu ekipnega športa pa se prepleta še z dodatnimi dejavniki, ki so pogojeni s skupino, kot sta, npr. ekipna kohezivnost in moč socialnega vpliva. Vse te številne in prepletene spremenljivke vplivajo na posameznikovo doživljanje sveta, lastne dejavnosti in trenutne situacije ter posledično vplivajo na odločanje v teh konkretnih situacijah.

Fair play se je preučeval predvsem v povezavi z moralno in vrednotami ter posamezne komponente tega, kot je, npr. agresivnost z osebnostnimi značilnostmi (npr. Vallerand idr., 1996). Moralno presojanje in odločanje sta v psihologiji dokaj dobro razumljena pojava – tako v vsakdanjih situacijah kot v športu – kaže pa, da ne moreta pojasniti relativno slabe utelešenosti fair playa v vrhunskem športu. Izvaja se več programov s katerimi se poskuša fair play implementirati v šport mladih, na nivoju športa odraslih pa se ga poskuša predvsem regulira (npr. s kaznovanjem). Tako se zdi, da odrasli športniki bolj verjetno doživljajo fair play kot nekaj negativnega in omejujočega kot pa nekaj dobrega. Kljub takšnemu splošnemu odnosu športnikov do fair playa, pa se vedno znova pojavi kakšen vrhunski športnik, ki deluje v skladu s fair playem. Zakaj se pojavljajo takšne razlike? Zakaj je fair play tako slabo ovrednoten v športu? Kako pojasniti nizko prisotnost in razumevanje fair playa v vrhunskem športu? Kje iskati vzroke za razlike med športniki in kje vzroke za razlike v vedenju istega športnika?

Pričujoča raziskava je poskušala preokviriti raziskovalno perspektivo: od (izključnega) zanašanja na opazovanje tretjeosebni ("zunanjih") faktorjev, smo poskušali preusmeriti fokus k prvoosebni (doživljajski) situaciji športnikov. Predpostavka na kateri smo temeljili je, da razumevanje posameznikovih doživljajskih vzorcev lahko bistveno prispeva k razumevanju njegovega odnosa do fair playa in – širše – do vedenja in učinkovitosti v igri.

Zato smo se odločili, da bi ugotovili, zakaj prihaja do tovrstnih razlik v dojemanju in delovanju med različnimi športniki, pa tudi pri posameznem športniku (vendar verjetno v manjših ekstremih), za nekoliko drugačen pristop, ki v športni psihologiji še ni uveljavljen, tj. kvalitativen fenomenološki pristop. Za to metodo smo se odločili, da bi čim bolj

spoznali in razumeli posameznikove vzorce doživljanja in vedenja, različne dejavnike, tako notranje kot zunanje, tako tiste vezane na šport sam, kot tiste vezane na športnikovo splošno življenje ter kompleksne povezave med njimi. Ker vsi dejavniki vpliva niti še niso bili identificirani, bi jih bilo nemogoče preučevati kvantitativno. Ravno tako ne bi mogli s kvantitativno metodo dobiti časovne in/ali vzročno posledične povezanosti med njimi. Eden od namenov kvalitativne metode pa je ravno podrobnejše in hkrati širše spoznavanje področja interesa. Poleg tega kvalitativne metode omogočajo prilagoditev raziskovanja glede na že pridobljene podatke in po potrebi razširitev raziskovalnega področja, kar se je v našem primeru izkazalo kot zelo pomembno.

Cilj predstavljenega raziskovalnega projekta je bil poglobljeno raziskovanje doživljanja vrhunskih športnikov v določenih situacijah, kar naj bi pripeljalo do boljšega razumevanja njihovega odnosa do igre in odnosa do fair playa. Želeli smo spoznati njihovo dinamiko doživljanja v različnih športnih situacijah, tistih, ki so skladna s fair play vedenjem in tistimi, ki so v nasprotju z le-tem, pa tudi v tistih, ki so sorodna v doživljanju, pa ne pripeljejo do nešportnega in niti do izrazito športnega vedenja. Poskušali smo tudi natančneje določiti, kateri različni dejavniki lahko vplivajo na delovanje športnika in načine, na katere lahko ti vplivajo. V tem kontekstu nas je še posebej zanimalo, katere, če sploh katere, vrednote vplivajo na delovanje športnikov, glede na to, da smo se odločili predvsem za formulacijo fair playa na osnovi vrednot. Na osnovi tega bi morda ugotovili kateri so glavni vzroki za kršenje fair playa oz. za njegovo pomanjkljivo integracijo v vrhunski šport. Glavno raziskovalno vprašanje je tako usmerjeno na proučevanje doživljanja odnosa (misli, čustva, občutenja, prepričanja, vrednote ipd.) v različnih športnih situacijah, ki pripeljejo do delovanja skladnega ali ne skladnega s fair playem.

Na osnovi tega smo postavili sledeče raziskovalne cilje:

- Poskušati raziskati doživljanje vrhunškega športnika v različnih situacijah, v katerih deluje skladno s fair playem in raziskati, kateri notranji in/ali zunanji dejavniki vplivajo tako na tovrstno doživljanje kot na vedenje.
- Poskušati raziskati doživljanje vrhunskih športnikov v različnih situacijah, v katerih delujejo v nasprotju s fair playem, ter preučiti kateri dejavniki kako vplivajo na tovrstno doživljanje in/ali vedenje.

- Poskušati raziskati sorodna doživljanja kot jih športniki opisujejo ob nešportnem in športnem vedenju, pa ne privedejo do jasnega vedenja v katerokoli od omenjenih smeri, ter preučiti kaj vpliva na to.
- Poskušati postaviti poskusno teorijo, ki bi pokazala celotno dogajanje (prvo osebno in situacijsko) ob športnih oz. nešportnih vedenjih vrhunskih športnikov.

3.1. Raziskovalna vprašanja

Preden smo si lahko postavili raziskovalna vprašanja, ki bi nam pomagala na poti do doseganja ciljev raziskave, je bilo potrebno postaviti ustrezen teoretičen okvir. Tako kot smo videli predhodno, nam še niso poznani vsi dejavniki, ki bi lahko vplivali na presojanje in odločanje v določenih športnih situacijah. Glede na to, da je pojem fair playa precej sestavljen in da nima enotne definicije je potrebno tudi najprej pogledati, kako ga razumejo športniki, tako da sploh vemo ali se pogovarjamo o isti stvari. Da bi to ugotovili, smo si zastavili naslednja raziskovalna vprašanja:

- 1. Kateri psihološki procesi določajo ozadje oziroma izvor fair playa in kako vplivajo na njihovo doživljanje ter vedenje v tekmovalni situaciji?*
- 2. Kateri zunanji dejavniki vplivajo na bolj ali manj moralne (re)akcije v tekmovalnih športnih situacijah?*
- 3. Kako športniki pojmujejo fair play, v njegovem teoretičnem in praktičnem izrazu?*

Zanimali pa so nas tudi bolj specifični vidiki doživljanja, razmišljanja in vedenja povezanega s konkretnimi fair play in nefair play situacijami:

- 1. Kateri dejavniki športnikovega doživljanja so prisotni v situacijah, ki so bolj ali pa manj skladne z duhom fair playa?*
- 2. Kako se ti elementi doživljanja razlikujejo glede na udeležnost športnika in njegov odnos do športa?*
- 3. Kakšna je razlika med športnikovimi izjavami, (samo)deklariranimi vrednotami o fair playu in njihovim vedenjem?*
- 4. Ali uspe najboljšim razrešiti paradoks med željo po uspešnosti (glede na standardne vidike) in doživljanjem tekmovalne situacije kot igre (iz vidika fair playa)? V primeru, da jim to uspe, pa nas je tudi zanimalo, kaj vpliva na to razrešitev.*

4. Metodologija

4.1. Zastavitev raziskovalnega načrta

Pregled literature je pokazal, da presojamo teoretične situacije na višjem nivoju moralnosti (npr. glede na stopnje kot jih je postavil Kohlberg), kot pa presojamo praktične situacije, med katere sodijo tudi športne situacije (npr. Haidt, 2013). To pomeni, da raziskovanje utemeljeno na hipotetičnih primerih in na splošnih mnenjih ni veljavno. Pomen fair playa lahko razumemo samo skozi preučevanje konkretnih situacij. Ker je fair play v osnovi odnos do športa, duh športa, nas je zanimalo doživljanje športnikov in ne samo vedenje, kot bi to morda veljalo za kakšen drug preučevan fenomen. Obe opisani dejstvi predvidevata za svoje preučevanje kvalitativno metodo, doživljanje, še bolj konkretno, fenomenološko metodo. Poleg tega pa je iz literature ravno tako razvidno, da na proces odločanja v situacijah, ki vključujejo moralno komponento, vplivajo številni dejavniki, ki se med seboj različno prepletajo. Kvantitativne raziskave ob tovrstni prepletenosti ne morejo dati novih spoznanj, zlasti ne glede procesne dinamike med spremenljivkami, saj v svoji osnovi predvidevajo relativno statičnost spremenljivk v določeni situaciji. Tovrstna omejenost se je pokazala tudi ob obširnejših kvantitativnih raziskavah (npr. Smrdu, 2012). Na osnovi tega smo izbrali torej kvalitativno metodo raziskovanja. Za ustrezen odgovor na zastavljena raziskovalna vprašanja pa je najbolj ustrezna fenomenološka raziskovalna metoda, saj ta dopušča poglobljeno raziskovanje prvo osebnega doživljanja in subjektivno označevanje tistega, kar je za posameznika pomembno znotraj posameznih izkušenj.

4.1.1. Raziskovalna metoda

Fenomenološko raziskovanje lahko v splošnem označimo kot raziskovanje izkustva oziroma doživljanja, ne da bi se spuščali v metafizično ali teoretsko spekulacijo. Raziskovalca ne zanimajo razlage, pojasnitve in osmišljanja akterjev (»Zakaj?«), temveč opis njihovega doživljanja (»Kako?«) (Kordeš, 2008). Preučevanje človeške izkušnje kot take, s kvalitativnimi metodami, nam omogoča pridobivanje večje količine podatkov iz različnih perspektiv in hkrati poglobljeno razumevanje doživljanja. Cilj fenomenološke raziskave je razumeti določeno izkušnjo, s pridobivanjem informacij od posameznikov, ki so to izkusili v neki konkretni situaciji. Poleg tega pa poskuša z analizo dodatno osvetliti osrednjo temo in osnovno strukturo doživljanja (Allen-Collinson, 2009).

Fenomenološko raziskovanje se proučevanja doživljanja loteva na več načinov. Vsem je skupno, da raziskovalci ne predpostavljajo vnaprej, da poznajo svoj izkustveni svet ali izkustveni svet soraziskovalca (Kordeš, 2008). Široko področje poskusov sistematičnega opazovanja izkustva lahko klasificiramo glede na nekaj bistvenih značilnosti, npr. po Kordešu (2008) na osnovi treh osi:

- Raziskovalno perspektivo, ki se nanaša na to čigavo doživljanje opazujemo. Tretjeosebna perspektiva pomeni, da nas zanima doživljanje drugih ali druge(ga), drugoosebna temelji na dialogu, iz prvoosebne perspektive pa opazujemo svoje doživljanje.
- Intersubjektivnost oziroma »doseg« teorije: Ugotovitve nekaterih opazovanj lahko posplošimo, nekatera opazovanja pa veljajo samo za enega človeka, in to le v danem trenutku. Med tema skrajnostima pa je obstaja cela lestvica ugotovitev, ki so posplošljive na različno količino posameznikov in/ali skupin.
- Mesto poudarka, ki se nanaša na to, kaj je predmet opazovanja v raziskavi. Opazujemo lahko strukturo posameznih ali skupnih vzorcev našega doživljanja, določeno aktivnost, posebno življenjsko situacijo, celoto, le določene dele doživljanja, vsebine, s katerimi interpretiramo dano situacijo, ipd.

Na osnovi teh osi tudi ločimo naslednje oblike fenomenološkega raziskovanja: (i) Husserliansko raziskovanje, (ii) raziskovane tipa "Kako je biti ...?", (iii) deskriptivno vzorčenje izkustva, (iv) vživljanje v vloge ali stanja ter (v) fenomenološko študijo primera in fenomenološki intervju. Na osnovi te delitve lahko določimo, da je za našo raziskavo smiselna zadnja fenomenološka raziskovalna metoda, ki je drugoosebna (glede na raziskovalno perspektivo), s poudarkom na vsebini doživljanja in z omejenim dosegom teorije (glede na intersubjektivnost teorije). Raziskovalec se prilagaja raziskovancu in deluje iz stališča odprtosti ter nevednega položaja, brez vsiljevanja svojih prepričanj.

Ker je bil naš namen raziskati vedenje in doživljanje večih vrhunskih športnikov oz. športnic ekipnih športov, v tekmovalnih⁴ športnih situacijah (kot posameznih primerih), ki sprožajo različne možnosti moralnega presojanja, smo našo raziskavo zasnovali kot multiplo fenomenološko študijo primera. Če nekdo deluje ali ne deluje skladno s fair playem, je to jasno razvidno iz njegovega vedenja, nič pa nam to vedenje ne pove o

⁴ Kot tekmovalne situacije tu pojmujeemo kakršnokoli tekmovalno situacijo, torej ne samo formalna tekmovanja, npr. med dvema kluboma ali reprezentancama, ampak tudi tekmovalne situacije znotraj ekipe.

doživljanju, ki je prisotno ob tem. »Študija primera je celovit opis posameznega primera in njegova analiza, tj. opis značilnosti primera in dogajanja ter opis procesa odkrivanja teh značilnosti, to je procesa raziskovanja samega« (Mesec, 1997, str. 27). Študija primera je raziskava določenega fenomena znotraj njegovega naravnega konteksta, ko meje med fenomenom in kontekstom niso natančno določljive. Razumeti poskušamo delovanje, probleme in pojave konkretnega sistema iz njega samega in njegovih interakcij z okoljem ali kontekstom (Mesec, 1997). Pri multipli študiji primera hkrati spremljamo več primerov z namenom, da bi raziskali določen fenomen. Na koncu, po posameznih analizah, lahko opravimo še komparativno analizo, mogoče pa je tudi oblikovati teorijo, ki jo lahko kasneje preverjamo na drugih posameznih primerih, ali po načelih kvantitativnega raziskovanja, na večjem številu primerov, da bi prišli do splošnih zakonitosti. Pomemben cilj študije primera je odkrivanje struktur, odnosov ali vzorcev doživljanja (prav tam).

Glede na izhodišča drugih raziskav (npr. Haidt, 2013) smo poskušali v raziskavi zajeti različne vidike moralnega presojanja, od splošne, teoretične moralnosti (kar smo poskušali zajeti z Muskovo lestvico vrednot), preko teoretične moralnosti v športnih situacijah (z določanjem ranga najpomembnejših športnih vrednot in z direktnim poročanjem mnenja v intervjujih), do izkazane moralnosti in vidikov doživljanja povezanih z le-to v konkretnih športnih, tekmovalnih situacijah (skozi različne intervjuje).

Glede na to, da je raziskava kvalitativna, smo večino podatkov pridobili s polstrukturiranimi intervjuji. To je oblika spraševanja, kjer ne uporabljamo vnaprej do potankosti pripravljenega vprašalnika, ampak zgolj vodilo ali predlogo za intervju, to je seznam okvirnih tem ali vprašanj (Mesec, 1997). To je značilno tudi za fenomenološke intervjuje, ki smo jih uporabili. (Czech idr., 2004; Johnson, 1998; Leno, 2007). Fenomenološki intervju nam kot raziskovalna metoda pomaga do opisa doživljajskega sveta sogovornika. »Raziskovalec poskuša s svojimi vprašanji odpirati prostor sogovorniku« (Kordeš, 2008, str. 19). Dialog usmerja v teme, ki so najbolj žive za sogovornika in s tem omogoča širjenje zavedanja njegovega doživljanja. Za raziskovalca je koristno, če ima vnaprej pripravljene teme, vendar so to le smernice in pomoč iz zatišja, ko se izgubi nit pogovora. Vprašanja mu pomagajo vzdrževati stik s sogovornikom. Zelo je pomembno, da le-ta zaupa raziskovalcu in se čuti sprejetega ter slišane. Zato mora biti spraševalec čim bolj odprt ter prost vnaprejšnjih sodb, idej in prepričanj (Kordeš, 2008). Vloga raziskovalca

ob tem je spodbujanje lastne refleksije udeleženca in dodatno razjasnjevanje, kadar je to potrebno. (Czech et al., 2004; Johnson, 1998). V namen globljega raziskovanja fenomena, strokovnjaki priporočajo izvedbo več kot enega intervjuja z vsakim udeležencem (Creswell, 2009). Raziskovanju, ki bazira na večkratnih intervjujih, rečemo tudi globinsko raziskovanje. Osnovna značilnost tega je, da poskušamo vzpodbuditi udeležence raziskave k samo-raziskovanju področja. Udeleženci, s tem ko ponotranjijo raziskovalno vprašanje, postanejo soraziskovalci.

Dodatne značilnosti globinskega raziskovanja so še (Kordeš in Smrdu, 2015):

- Sogovornika oziroma soraziskovalca se poskuša zainteresirati za zastavljeno raziskovalno vprašanje. To posledično pomeni, da pridejo v poštev samo vprašanja, ki so (vsaj potencialno) zanimiva tudi za udeleženca in ne le za raziskovalca. Globinsko raziskovanje je res "globinsko" le v primeru, ko postane raziskovalno vprašanje dovolj pomembno udeležencu, da se mu posveti tudi sam.
- Vsako novo srečanje služi poglobljanju razumevanja raziskovane teme pri soraziskovalcu oziroma poročilu soraziskovalca o individualnem samoraziskovanju v obdobju med intervjujema.
- Raziskovalec ima tako tri naloge: vzbuditi zanimanje za raziskovano temo pri udeležencu; ohranjanje fokusa na temo skozi intervju in odpiranje prostora za udeleženčevo samoraziskovanje. Tretja funkcija je dajanje prostora udeleženčevim poročilom, z iskrenim zanimanjem. Raziskovalec se uri v tem, da postavi svoje znanje in mnenje v oklepaj in s tem zavzame pozicijo "ne vem".

Ločimo več tipov fenomenoloških intervjujev. Mi smo uporabili eksplikativni intervju (elicitation interview)⁵, ki ga je razvil Pierre Vermersch in ga je podrobno opisala kognitivna znanstvenica Claire Petitmengin (2006). Ta intervju poskuša udeleženca (intervjuvanca) pripeljati do tega, da podoživi svoje doživljanje v določeni situaciji. Pravzaprav ga mora podoživeti večkrat, saj lahko ob prvem podoživetju zgolj identificiramo osnovne faze procesa. Vendar pa je potrebno podoživeti vsako fazo

⁵ V francoskem izvorniku se metoda imenuje "entretien d'explicitation", zaradi česar se je metoda na začetku v angleščino prevajala "explicitation interview" – pozneje pa jo je Petitmenginova preimenovala v "elicitation interview", ker se beseda "explicitation" v angleščini ne uporablja (Bitbol in Petitmengin, 2013). V slovenščini je beseda eksplikacija priznana, zato bomo v tu ostajali pri prevodu eksplikativni intervju.

procesa, da se jih lahko opiše dovolj podrobno. Večkratno poglobljanje v doživeto je pogojeno tudi s kompleksnostjo procesov, saj se ne moremo osredotočiti hkrati na vse dimenzije (npr. vizualna, slušna, kinestetična, čustvena itd.). Tako je vsakokratno podoživljanje namenjeno osvetljevanju ene dimenzije. Avtorja eksplikativnega intervjuja tako opravičujeta retrospektivno poglobljanje v doživljanje s hitrostjo in kompleksnostjo toka doživljanja. Hkrati dodajata, da je morda še pogloblitnejši razlog za upravičenost retrospektivnosti, človeška nesposobnost usmerjanja pozornosti hkrati na "kaj" in na "kako", torej na objekt procesa in na potek izvedbe procesa.

Petitmenginova (2006) navede sedem ovir, ki jih srečamo na poti do svojega doživljanja, in za vsako poda način, kako v intervjuju lahko poskusimo oviro premagati:

1. Pozornost nam neprestano bega. Ponavadi, ko se osredotočimo na kak predmet pred seboj ali vizualizacijo pred notranjim očesom, misli pričnejo tavati, pojavijo se spomini (povezani s predmetom/vizualizacijo), komentarji na trenutno doživljanje ali pa misli, popolnoma nepovezane s trenutno situacijo. Pogosto to opazimo šele zelo pozno (če sploh). Med intervjujem je zato naloga izvajalca intervjuja, da pozornost udeleženca stabilizira. To se prične že čisto na začetku intervjuja, tako da izvajalec udeležencu približa trenutno situacijo kot raziskovalno. Udeleženec naj skrbi in bremena vsakdanjega življenja postavi na stran in z opazovanim izkustvom stopi v sproščen odnos. Poleg tega naj bi izvajalec takoj, ko opazi, da se udeleženec oddaljuje od opazovanega izkustva, udeleženca vodil nazaj do izvirnega izkustva. Ali tako, da preformulira, kar je bilo že povedanega, ali da se s kakšnim vprašanjem vrne na prvotno temo.

2. Tudi ko smo skoncentrirani na določeno aktivnost, smo osredotočeni na njen cilj – na to, *kaj* želimo doseči, in ne na proces, *kako* to dosegamo. Tako je vloga izvajalca intervjuja udeleženca voditi skozi fenomenološko redukcijo – od vsebine predstave do predstavljanja, od vsebine spomina do spominjanja, od vsebine do procesa. To se ponavadi počne z vztrajanjem na vprašalnici *kako* in podvprašanji, ki preusmerjajo udeleženčevo pozornost na sam proces.

3. Težko ločimo med izkustvom in reprezentacijo: "Ne le, da ne vemo, da ne vemo (kako se odvijajo naši kognitivni procesi), ampak smo poleg tega še prepričani, da vemo" (Petitmengin, 2006, str. 235). Ko opisujemo izvedbo nekega kognitivnega procesa, ponavadi začnemo z našo reprezentacijo tega, kar se nam zdi, da počnemo. Ta reprezentacija je polna naših prepričanj in sodb o tem procesu. Izkustvo nikoli ni splošno, je vedno edinstveno. Zato mora biti izvajalec intervjuja pri vprašanih pozoren, da ne sprašuje po nekem splošnem opisu procesa, saj bo tako vedno dobil posplošen opis reprezentacije. Namesto tega se mora osredotočiti na eno določeno izkustvo in tudi udeleženca vedno voditi nazaj do tega enega izkustva, če pobegne v posplošitve.

4. Ne vemo, kaj iščemo. Ker svoje doživljanje razumemo napačno, ne vemo, v katere dimenzije doživljanja moramo upirati pozornost. Petitmenginova (2006) to primerja z mladim biologom, ki ima odličen mikroskop, a ga ne zna uporabljati. Potrebujemo veliko spretnosti z mikroskopom in teoretske podlage, da razumemo, kaj to je, kar vidimo. Tako je vloga izvajalca intervjuja, da udeleženca vodi po različnih dimenzijah izkustva.

5. Ne vemo, kako dovolj natančno pogledati to, kar iščemo. Petitmenginova (2006) se tu vrača k primeru mikroskopa. Ne znamo ga pravilno nastaviti, da bi bil zelen pojav v fokusu. Izvajalec intervjuja tu udeležencu pomaga poglobiti opis izkustva do želenega nivoja natančnosti. To je možno storiti v diahroni dimenziji, torej kako se je izkustvo odvijalo časovno – kaj je bilo v enem trenutku, kaj v naslednjem, kaj se je zgodilo potem in tako dalje. Alternativno se je možno posvetiti sinhroni dimenziji, ki označuje specifično konfiguracijo udeleženčevega doživljajskega prostora v danem trenutku.

6. Do doživljanja ne moremo dostopati, ko se odvija, temveč le v retrospektivi, ko se je že odvilo. Problem je ta, da se v doživljanju zgodi zelo veliko zelo hitro. Ne moremo se osredotočiti na vse dimenzije doživljanja naenkrat (na vidno, slušno, tipno, čustveno itd.). In tudi, ko se osredotočimo na samo eno dimenzijo, se ta odvije prehitro, da bi jo zaznali v celoti. Da se lahko zares zavemo doživljajskega procesa, ga moramo podoživeti (ang. *to re-enact*). Na primer, vsebina podobe in njen način pojavnosti sestavljata dve vsebinsko različni pozornosti, ki zahtevata dva načina, dve orientaciji in dve različni poziciji pozornosti. Skozi intervju pozornost premaknemo iz objekta zaznave na dejanje

zaznavanja, od predstavljivega objekta k dejanju predstavljanja, od objekta spomina k dejanju spominjanja. Ta obrat pozornosti iz vsebine k procesu nam omogoči premik od direktno zavednega k reflektivno zavednemu. Naloga izvajalca intervjuja je, da udeleženca vodi do podoživljanja preteklega izkustva tako, da mu pomaga rekonstruirati prostorsko časovni kontekst (kdaj, kje, s kom).

7. Svojega doživljanja ne znamo ubesediti. Besedišče, ki ga imamo na voljo, je zelo slabo, saj se v naši kulturi doživljanja ni veliko raziskovalo. Da bi premagali skopost besedišča za opisovanje doživljanja, naj izvajalec intervjuja udeleženca spodbuja k temu, da najde svoje besede in izraze, četudi sta to morda "to" ali "tisti občutek" (Petitmengin, 2006).

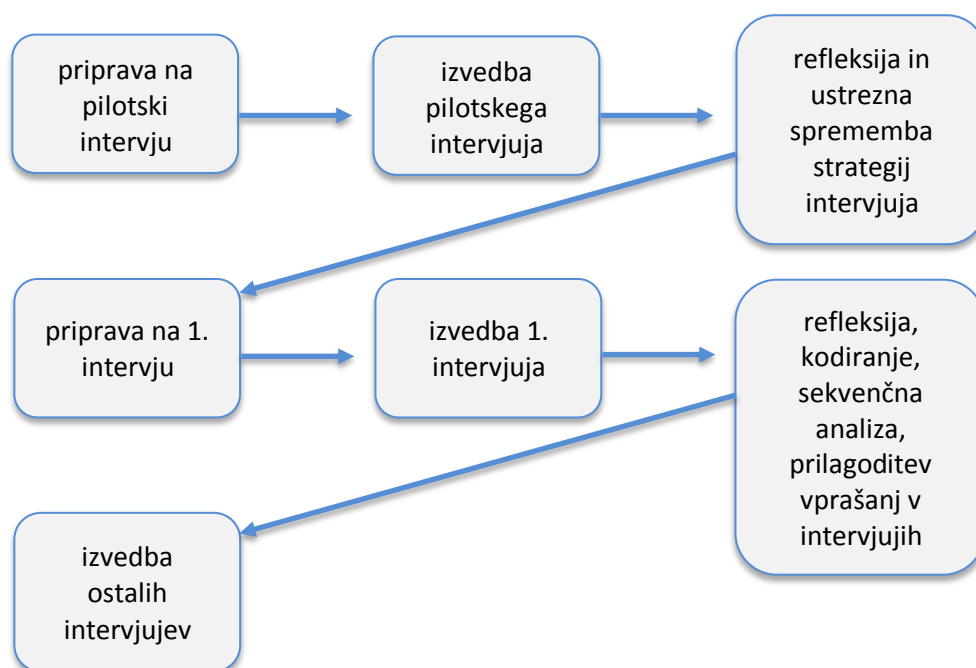
Medtem, ko je v eksplikativnem intervjuju vsebina podrejena preučevanju fenomena samega, pa sta proces intervjuja in značilnosti tega jasno določena skozi naslednje konstantne točke:

- stabilizacija pozornosti,
- usmeritev pozornosti od "kaj" h "kako",
- premik od splošnih reprezentacij k posamezni izkušnji,
- retrospektivna obravnava žive izkušnje,
- usmerjanje pozornosti k različnim dimenzijam izkušnje,
- poglobljanje opisa k zahtevanemu nivoju natančnosti,
- posamezniku lastna ubeseditev,
- zaupen odnos z intervjuvarjem.

Petitmenginova (2006) navaja tudi indikatorje, ki omogočajo prepoznavanje utelešenja izraženegega. Za preverjanje tega navede nekaj verbalnih, neverbalnih in paraverbalnih indikatorjev, kot so uporaba prve osebe sedanjika in konkretnih opisov konteksta, pogled stran od izvajalca intervjuja (v daljavo), upočasnitev hitrosti govora in podaljšanje pavze med govorjenjem. Hkrati pa udeležencu pojavijo tudi geste, ki spremljajo govor. Ti paraverbalni znaki kažejo, da se je udeleženec poglobil sam vase, da bi prišel do predreflektivnih dimenzij svoje izkušnje. Vse to namiguje na to, da udeleženec res opazuje in opisuje konkretno izkustvo.

V izvedbi raziskave smo sprva postavili okvirje intervjuja in zatem izvedli pilotski intervju z vrhunskim ekipnim športnikom, ki je bil v preteklosti tudi reprezentant, vendar ni bil del

vzorca v glavnem delu raziskave. Namen pilotskega intervjuja je bil vadba procesa intervjuvanja skupaj z opazovanjem, preizkušanje okvirno postavljenih tem, ter osvetlitev morebitnih težav v procesu in poskus kodiranja. Po natančnejši preučitvi tega smo ustrezno spremenili strategijo intervjujev in začeli z izvedbo uradnih intervjujev s formalnimi udeleženci raziskave. Po prvem uradnem intervjuju smo ponovili postopek analize, ter intervju ustrezno kodirali in naredili sekvenčno analizo⁶. Strategije, ki so bile uspešne pri izvedbi obeh intervjujev, se je prevzelo tudi za naslednje intervjuje (glej Slika 4).



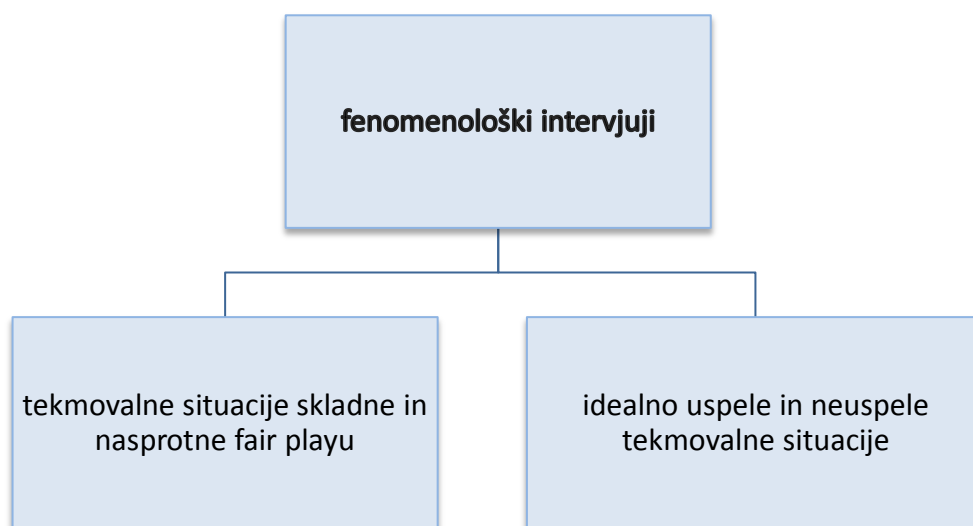
Slika 4. Shematski prikaz raziskovalnega načrta.

Izvedba se začne s procesom priprave in izvedbe pilotskega intervjuja, nadaljuje se s pregledom dobljenih rezultatov, refleksijo in korekcijo prvotnih vprašanj (tako z vsebinskega vidika kot z vidika načina postavljanja vprašanj) ter uporabe ustreznih novih strategij v prvem formalnem intervjuju. Po tem se izvede ponovna refleksija, skupaj s prvim kodiranjem in sekvenčno analizo na osnovi katerih, se po potrebi, dodatno prilagodijo vprašanja za nadaljne intervjuje. Temu sledi izvedba ostalih intervjujev.

⁶ Sekvenčna analiza je vrsta kratkih, zaporednih raziskovalnih ciklov ali sekvenc, v katerih si sledijo formuliranje problema oz. hipoteze, zbiranje gradiva in analiza, reformulacija problema ali formulacija novega problema, ponovno zbiranje gradiva, analiza itd. (Mesec, 1998).

4.2. Izvedba raziskave

Z metodo fenomenološkega intervjuja smo preučevali dve vrsti tekmovalnih situacij; tiste pri katerih smo se lahko direktno osredotočili na vedenje in doživljanje (ne)skladno s fair playem in tiste, v katerih se je športnik angažiral, pa niso oz. so povsem uspele (ne nujno z rezultatskega vidika, ampak z vidika akcije same). Potreba po tem se je pokazala naknadno (kar je prednost kvalitativnega raziskovanja), ob analizi fair play situacij, saj kot kompleksen konstrukt ne opravičuje, povsem doživljajskega preučevanja per se, temveč se je zdelo, da lahko do pomembnih vidikov doživljanja v specifičnih tekmovalni situacijah ter do fair play komponent, morda še bolje, pridemo skozi proučevanje drugih sorodnih situacij, tudi ker ob tem udeleženec nima direktnega strahu pred vrednotenjem.



Slika 5. Prikaz izvedbe raziskave skozi dva osrednja tematska sklopa, katerih morebitna povezanost se je izkristalizirala v poteku raziskave.

Ker kvalitativni raziskovalni proces ne samo dopušča, temveč je zanj značilna fleksibilnost, bi bilo nesmiselno in neučinkovito skozi celoten raziskovalni proces rigidno uporabljati, npr. intervjujska vprašanja, oblikovana na začetku raziskave, ki se vsa niso izkazala za najbolj učinkovita. Polstrukturirani intervju, kot smo ga oblikovali na samem začetku, se je torej skozi raziskovalni proces spreminjal, predvsem pa se je spreminjal v pogovoru z vsakim posameznim udeležencem. Skozi pogovore z udeleženci smo namreč ugotovili, da se na eni strani ne obnesejo intervjujska vprašanja, ki so preveč strukturirano in zaprto postavljena, na drugi strani pa tudi ne vprašanja, ki so zastavljena povsem

odprto. Medtem ko prva preveč omejujejo in ne dopuščajo svobode raziskovanja specifičnosti doživljanja, pa so bili udeleženci pri povsem odprtih vprašanjih večkrat bolj zmedeni. Ob tem se je pokazalo, da niso vajeni opazovanja lastnega doživljanja in da potrebujejo več usmeritve, z dodatnimi vprašanji bolj odprtega tipa. Bolj nestrukturiran pristop intervjujev je pokazal tudi razlike v tem kaj udeleženci sami spontano izpostavijo. Običajno se je vsak udeleženec ustavil pri tistem, kar je bilo zanj pomembno in v zvezi s tem podal vsaj nekoliko bolj bogat odgovor. Intervjuji so v največji meri vsebovali naslednja področja:

- osebne življenjske izkušnje,
- telesne občutke,
- čustvovanje,
- misli,
- druge občutke,
- odnos do sotekmovalcev/sotekmovalk v ekipi in trenerja/trenerke,
- odnos do tekmecev,
- zaznavanje (vidno, slušno),
- vpliv uspešnosti akcije,
- druge točke, ki jih udeleženec ocenjuje za pomembne.

Z vsakim športnikom smo opravili dva do tri intervjuje, pri čemer je bil, v skladu z eksplicitnimi teorijami, prvi intervju v začetku usmerjen na splošno dojetje športa in v nadaljevanju na bolj specifičnih športnih situacij vezanih na (ne)športno vedenju. Odvisno od časovnih možnosti posameznih udeležencev in njihove prisotnosti v Slovenji, sta bila druga dva intervjuja združena v enega, kakorkoli pa je bila v vsakem primeru pozornost usmerjena v preučevanje tekmovalnih situacij, ki so si po doživljanju sorodne z doživljanjem ob (ne)fair play vedenju. S športniki smo se predhodno dogovorili glede termina in (dovolj umirjenega in intimnega) kraja, kjer je bil izveden intervju. Ta izbira je bila prepuščena udeležencem, izbrali pa so različne kraje, največkrat njihov dom ali pisarno intervjujarja. Intervjuji za posamezno tekmovalno situacijo, ki v resničnosti traja nekaj minut, so bili dolgi med 45 in 90 minut. V intervjujih smo namreč poskušali dobiti čim bolj podrobne opise športnikove izkušnje. Ob tem je potekalo opazovanje relevantne nebesedne komunikacije in načina govora, ki (glede na značilnosti eksplikativnega intervjuja) kažejo udeleženčevo intenzivnost in poglobljenost podoživljanja preučevanih

situacij (npr. uporaba sedanjega časa, uporaba nebesedne govorice, ki nakazuje izvedbo opisovane tekmovalne akcije).

Pred začetkom prvega intervjuja smo poskušali vsem udeležencem razložiti namen in način njihovega sodelovanja pri študiji oziroma namen intervjuja. Povedali smo jim tudi, da jim ni potrebno odgovoriti, če bi jim bilo ob katerem vprašanju kakorkoli neprijetno oziroma naj povedo, če katerega vprašanja morda ne bi povsem razumeli. Ker smo intervjuje želeli posneti na diktafon, smo jim še pred začetkom povedali, da intervju z vsakim udeležencem študije običajno posnamemo – predvsem zato, ker le tako lahko res pozorno sledimo odgovorom udeležencev, da pa to nikakor ni nujno, če tega ne bi želeli. Vsi udeleženci so to sprejeli.

Kot smo zapisali že zgoraj, smo se pri vodenju intervjuja prilagajali posameznemu udeležencu. Nekatero udeležence smo morali večkrat in bolj neposredno usmerjati, da je bila struktura intervjuja kolikor toliko ohranjena. Druge smo morali spodbujati z različnimi podvprašanji, skozi katere so nam tako razkrili več vsebin. Tako smo z vprašanji sicer usmerjali intervju, a smo obenem udeležencem pustili, da so ga skozi svoje pripovedi usmerjali tudi oni. S tem ko so se udeleženci sprostil, so se v intervjujih zgodili premiki »od opisnega k čustvenemu, splošnega k specifičnemu ter od površinskega k razkrivanju« (Smith idr., 2009, str. 68).

Muskova lestvica vrednot jim je bila poslana naknadno po e-pošti in preko te so tudi odgovorili. Lestvici smo dodali še postavke vezane direktno na šport, da bi lažje ocenili razliko med splošnimi vrednotami posameznika, med njegovimi vrednotami v športu, direktno izraženim odnosom do fair playa, kot se jih zaveda in med doživljanjem vrednot v določeni akciji. V analizi podatkov smo vsak intervju transkribirali, ključne dele ponovno verificirali pri športnikih in ga nato obdelali z računalniškim programom Nvivo.

4.2.1. Udeleženci

Udeleženci v raziskavi so bili vrhunski slovenski športniki in športnice iz ekipnih kontaktnih športov: košarke, rokomet, hokeja in nogometa. Vsako od naštetih panog sta zastopala dva vrhunska športnika, reprezentanta oz. dve vrhunski športnici, reprezentantki, pri čemer so bili namensko izbrani športniki, ki glede na moralno-etične vidike izstopajo v pozitivni smeri, glede na mnenje selektorja oz. selektorice posamezne panoge. Izbrani so bili zgolj športniki in športnice, ki jih tudi osebno zanima raziskovanje lastnega doživljanja

v različnih tekmovalnih situacijah, saj brez osebnega zanimanja udeležencev za preučevano tematiko, ne dobimo globine podatkov, ki bi jo sicer lahko dobili. Zgolj hokej je bil zastopan samo s športniki, saj v Sloveniji nimamo hokejistk na dovolj vrhunskem nivoju. V raziskavo je tako bilo vključenih štirinajst športnikov oziroma športnic.

Pet od osmih intervjuvanih športnikov je v času intervjujev delalo in živelo v tujini in enako je veljalo za tri (od šestih) športnic. Povprečna starost športnikov, ki so sodelovali v raziskavi, je bila 27,55 let, športnic pa 25,33 let. Športniki so imeli v povprečju 10,25 let profesionalne⁷ kariere, športnice pa 9 let.⁸ Zaradi zaščite zasebnosti in identitete udeležencev raziskave so prikazane zgolj značilnosti obeh skupin in ne tudi značilnosti posameznih udeležencev.

Tabela 1. Prikaz osnovnih statističnih značilnosti udeležencev raziskave.

Skupina	Starost		Profesionalna kariera		Igranje v tujini	
	M	SD	M	SD	M	SD
Športniki	27,55	3,78	10,25	3,99	5,88	5,03
Športnice	25,33	3,72	9,00	3,85	2,33	2,94
Skupaj	26,76	3,86	9,14	3,78	4,36	4,50

Legenda: M označuje povprečje, SD označuje standardno deviacijo. Vsi rezultati so navedeni v enoti let.

4.2.2. Etični vidiki

Sodelovanje v raziskavi je bilo prostovoljno. Udeležencem so bile predstavljene informacije o namenu, metodah, postopkih in trajanju raziskave. Razložili in zagotovili smo jim spoštovanje etičnih načel ter varovanja osebnih podatkov v vseh korakih raziskave. Zagotovili smo jim tudi anonimnost, in v okviru te, so se zvočni posnetki intervjujev po transkribaciji, vrednotenju in analizi izbrisali ter njihova imena v študiji so spremenjena, kot tudi športna panoga, v kateri se udeležujejo. Posledično, ne glede na to, ali se v športni panogi uporablja žoga ali pak, smo v tekstu uporabili besedo »žoga« in ne glede na spol športnika in športnice, smo povsod uporabljala moško slovnično obliko. Namen tega je bila zaščita identitete športnika oz. športnice. Poudarili smo jim tudi, da bodo analizirani podatki uporabljeni zgolj za potrebe raziskave. Z dovoljenjem

⁷ Kot leta profesionalne kariere se štejejo vsa leta športnikovega udeleževanja za katera je športnik prejemal redno plačilo, ki mu je pomenilo glavni vir zaslужka.

⁸ V nadaljevanju uporabljamo tako za naslavljanje športnikov kot športnic moško obliko, tako zaradi poenostavitve kot zaradi večje zagotovitve anonimnosti udeležencev oz. udeleženk raziskave.

udeležencev smo vse intervjuje tudi zvočno posneli. Celoten proces zbiranja podatkov je bil izveden v skladu z zahtevami Zakona o varovanju osebnih podatkov (Uradni list RS, št. 94/2007).

4.2.3. Težave pri izvedbi raziskave

Ker so bili udeleženci vrhunski športniki, ki večinoma živijo in delajo v tujini, se jim je bilo potrebno, tako časovno kot krajevno, povsem prilagajati. Večinoma so bili intervjuji izvedeni v času njihovih reprezentančnih priprav, z nekaterimi pa v času njihovih počitnic, torej izven tekmovalnega obdobja, če so prišli na obisk v Slovenijo. Z enim udeležencem sta dva intervjuja potekala v času njegove rehabilitacije po operativnem posegu po poškodbi. Kljub temu da se je prostor, kjer so se izvajali intervjuji od udeleženca do udeleženca precej spreminjal, pa to ni bil problem, saj smo vedno lahko našli miren prostor, kjer nas zunanji dejavniki niso motili. Kot večji problem pa se je večkrat pokazal čas. Športniki so bili namreč polno zasedeni, zlasti v času priprav obremenjeni, poleg s treningi še z raznimi medijskimi in sponzorskimi zadolžitvami, tako da smo morali čas intervjujev prilagajati temu. Kjer nismo bili časovno omejeni, je imel intervju lahko drugačen, bolj sproščen, počasen, premišljen in poglobljen tok. Športniki so bolj lahko razvili svoj raziskovalni interes in so posledično tudi sami lahko več spoznali o sebi in svojem doživljanju in tako se je lahko intervju razpotegnil tudi na tri ure. Pri nekaterih intervjujih pa smo že vnaprej vedeli, da smo omejeni, npr. na 90 minut, kar je vplivalo na potek intervjuja, tako da smo z gotovostjo predelali vsa predvidena področja teme, vendar obstaja možnost, da smo se v kakšna manj poglobili kot bi se sicer lahko ali da se kakšna nova področja zaradi tega niso odprla. S športniki, s katerimi nismo imeli omejenega časa intervjuja in so tudi sami razvili raziskovalni interes, so se namreč s časom intervjuja, največkrat po 90 minutah intervjuja, začele odpirati nove stvari in je športnik odkrival doživljanja v preučevanih situacijah, ki si jih ni predhodno niti zamišljal, da jih ima. Poleg tega smo tudi porabili manj časa za preverjanje ugotovitev predhodnih intervjujev.

Glede na priporočila eksplikativnega intervjuja, je tako za spremljanje veljavnosti raziskave kot za spremljanje moči ponovnega vživetja v preučevano situacijo, pomembno spremljati tudi določene verbalne, neverbalne in paraverbalne indikatorje. Ugotavljali smo, da se jih lahko zadostno spremlja med intervjuji za namen poglobljanja intervjujev

(torej poglobljanja ponovnega vživljanja v situacijo), ne pa tudi za redno sprotno beleženje, ki bi ga potem lahko formalizirali. Glede na to, da se je intervjuje zvočno snemalo, se lahko za analizo uporabi zgolj verbalne indikatorje, ostali dve vrsti indikatorjev pa si je intervjuvar občasno zapisoval ali jih samo verbaliziral tekom intervjuja, npr. "Ko si govoril o občutkih ob podaji, si *pokazal* na levo stran telesa (op. a. torej neverbalna gesta) ..." Kakorkoli ti dve vrsti nista bili dovolj sistematično zabeleženi, da bi ju lahko uporabili še za kaj dodatnega, poleg za potrditev verodostojnosti podane vsebine.

Vedno smo se poskušali osredotočiti in poglobiti v eno izbrano situacijo, vendar pri preučevanju fair playa to ni bilo zadostno, ker bi tako zajeli zelo majhno varianco fair play situacij in doživljanja le-teh. Tako smo z vsakim športnikom obravnavali več fair play situacij. To je sicer pomenilo, da smo dobili širšo sliko, vendar pa se nismo vedno poglobili, tako kot bi se lahko, če bi v istem času predelali zgolj eno situacijo. Ob tem, ko je športnik pregledal več situacij, se je večkrat zgodilo, da je sam prišel do določenih spoznanj in jih povzel čez več situacij. Posledično so včasih, kot primer, navedene bolj splošne trditve in ne nujno trditve vezane na doživljanje v eni, specifični situaciji.

4.3. Analiza podatkov

Kvalitativna raziskava nima statističnih možnosti preverjanja verodostojnosti raziskovalnega procesa na način, kot ga ima kvantitativna raziskava. Zato je pri njej ključna metodološka zahteva, podroben opis celotnega postopka raziskave. Zlasti je potrebno dobro opisati postopek analize, v katerem oblikujemo pojme ter ugotavljamo pravilnosti in vzorce ravnanja, doživljanja in interakcij (Mesec, 1998). Sam postopek analize rezultatov namreč, ne samo, da vpliva na končno verzijo rezultatov, temveč predstavlja rezultate same in je vsebovan v vsakem vmesnem koraku analize rezultatov.

Oboji, tako Charmazova (2011) – predstavnica konstrukcionistične verzije poskusne⁹ teorije, kot tudi Smith in sodelavci (2009) – predstavniki interpretativne fenomenološke analize, pri delu s podatki, sicer poudarjajo določeno sistematičnost ter seveda

⁹ Izraz »grounded theory« se v slovenščino prevaja na dva načina, kot utemeljena teorija in kot poskusna teorija. Medtem, ko je bil sprva bolj v uporabi prvi prevod, pa se zadnje čase vse bolj uporablja drugi. Tako smo se tudi mi odločili, za drugo različico prevoda.

zavezanost načelom lastne metode, vendar pa obenem poudarjajo tudi fleksibilnost raziskovalca pri zbiranju in analiziranju podatkov. Poleg tega oboji dopuščajo komplementarnost lastnih postopkov z drugimi pristopi k analizi kvalitativnih podatkov. V skladu s tem smo tudi mi pri zbiranju, zlasti pa analizi podatkov fleksibilno prepletali različne postopke, ki jih predstavljamo v nadaljevanju, po posameznih korakih. Pri tem posameznih korakov ni bilo mogoče povsem jasno ločiti med seboj, saj so bili v praksi vsaj do neke mere prepleteni. Ob spodnjem opisu analitičnih korakov pa smo izbire, ki smo jih skozi analizo podatkov sprejemali, sproti pojasnjevali tudi v naslednjem poglavju, v katerem so zbrani rezultati, ugotovitve in opažanja pričujoče študije.

Izvajanje intervjujev, njihovo prepisovanje ter nekateri začetni kot tudi že bolj utemeljeni koraki analize prepisanih tekstov so se v določeni meri dogajali vzporedno oziroma v medsebojni soodvisnosti. S tem smo poskušali slediti eni glavnih značilnosti poskusne teorije, to je »krožnosti« procesnih delov. To pomeni, da smo kot raziskovalci sproti reflektirali celotni raziskovalni proces in na podlagi tega lahko upoštevali znanje, pridobljeno v prejšnjih korakih, pri načrtovanju naslednjega koraka. V luči t. i. »krožnosti« lahko razumemo tudi koncept teoretičnega vzorčenja v poskusni teoriji, ki smo ga v različni meri uporabljali praktično skozi celoten raziskovalni proces. Teoretično vzorčenje kot eden od postopkov, značilnih za poskusno teorijo, nam omogoča, da na podlagi neposrednega analitičnega dela oziroma primerjalne analize zgodnejših podatkov ustrezno predvidimo, kje in kako lahko najdemo podatke, za katere menimo, da bi lahko dodatno osvetlijo naše razumevanje preučevanega fenomena oziroma zapolnili luknje v že zbranih podatkih. Opisani postopek omogoča t. i. nasičenost podatkov ali z drugimi besedami, da so naše kategorije polne, da odražajo kvaliteto doživetij naših udeležencev in omogočajo uporabno analitično oporo za njihovo razumevanje (Charmaz, 2011). V našem primeru je to pomenilo predvsem, da smo poskušali spoznati ob, npr. prvem intervjuju z udeležencem upoštevati tudi že pri drugem in na podoben način tudi pri intervjujih z drugimi udeleženci. Drugače povedano; ob srečanju z naslednjim udeležencem smo lahko zastavili drugačna vprašanja, kot ob našem srečanju s prvim udeležencem, saj smo vmes, npr. ugotovili, da se nekatera vprašanja niso izkazala za najbolj ustrezna oziroma da so določene teme v intervjuju z udeležencem bolj aktualne za osvetlitev raziskovalnega problema kot druge. To je lahko pomenilo tudi, da smo določena vprašanja zastavili na drugačen način oziroma do podobne vsebine poskušali

pri po drugačni poti. Logika je ta, da ko bolje razumemo, tudi bolje sprašujemo (Mesec, 1998). Kljub uporabi principa teoretičnega vzorčenja, se je pomemben del analize podatkov odvijal šele, ko so bili zbrani in prepisani vsi intervjuji z udeleženci. Transkripciji intervjujev je torej sledila analiza. Najprej smo podrobno analizirali posamezne intervjuje narejene z enim udeležencem in kasneje, glede na posamezno tematiko, ki se je izkristalizirala skozi analizo intervjujev, še vse intervjuje vseh udeležence. S tem smo dobili pregled tako čez posameznega udeleženca kot čez posamezno tematiko. Na osnovi podrobnejše analize in spoznavanja posameznih tematik smo poskušali narediti poskusno teorijo. Ta nam je s svojo osredotočenostjo na dejanja, procese ter kontekst, v katerem se le-ta dogajajo, pomagala pogledati v ozadje dogajanja.

Za podrobnejše razumevanje analize podatkov je v nadaljevanju le-ta podrobneje razložena:

1. korak: prepisovanje intervjujev

Na podlagi zvočnih posnetkov so bili vsi intervjuji prepisani v obliki dialoga med intervjuvarjem in udeleženci. Ko so bili podatki zbrani in urejeni v obliko teksta, so pripovedi, dobljene v intervjujih, postale dostopne interpretaciji.

2. korak: branje in ponovno branje teksta, beleženje začetnih opažanj in komentarjev – začetek odprtega induktivnega kodiranja

Preden smo se lotili podrobnejše analize smo intervju s posameznim udeležencem običajno večkrat prebrali. Čeprav smo posamezen intervju lahko tudi nekajkrat preleteli, da smo si ustvarili osnovni občutek o vsebinah, strukturi, jeziku udeležencev, vlogi intervjuvarja ipd., pa je bil osnovni namen večkratnega branja predvsem pozorno osredotočanje na tekst, da smo lahko začeli prepoznavati posamezne možne tematike.

Po prvem branju intervjuja, s katerim smo skušali podoživeti vzdušje, v katerem je nastajal in ga tudi sooblikoval, smo si ob naslednjih branjih sproti beležili pravzaprav vse, kar nam je kakorkoli padlo v oči, četudi je bilo v danem trenutku bolj oddaljeno povezano z raziskovalnim problemom. Smith idr. (2009) pravijo: »Da bi vstopili v svet udeležencev, je pomembno, da postanemo aktivno vpleteni v podatke. S tem, ko vedno znova beremo intervju, pridobimo uvid v razvoj splošne strukture intervjuja ter razumevanje, kako lahko

zgodbe povežejo določene dele intervjuja skupaj» (prav tam, str. 82). Ta začetna opažanja so imela za cilj oblikovati obsežne in podrobne zapiske zbranih podatkov, ki bi preko ubiranja različnih poti, izražali »živeti svet« udeležencev.

Komentirali smo tudi ujemanja različnih delov teksta med seboj oziroma nasprotovanja med njimi, prisotnost in ponavljanje določenih vsebin ter bili pozorni na načine, na katere je posamezen udeleženec pripovedoval, občutil, razumel in razmišljal o posameznih športnih situacijah. Nekateri od teh zapiskov so vsebovali zelo ozko osredotočene ideje, nekatere zapisane v obliki vprašanj, druge v obliki opažanj oziroma ugotovitev. Po drugi strani so bile nekatere ideje spet zelo široke, bolj ali manj povezane z raziskovalnim problemom, vendar so bile vse utemeljene v zbranih podatkih oziroma tekstu.

3. korak: groba delitev teksta na prevladujoče teme

Naša nadaljnja opažanja so nastala na podlagi postopkov, ki so sicer značilni za tematsko analizo teksta. Na tej ravni smo bili osredotočeni na opis ključne vsebine tega, o čemer je udeleženec v posameznem delu teksta govoril. Ti komentarji so bili na najbolj osnovni deskriptivni ravni. Tako smo recimo določene dele teksta opisali s ključnimi vsebinami, ki pa so bile istočasno zelo široke in splošne, npr.: pozitivna čustva, telesni občutki, odnos s trenerjem ipd. Bolj kot smo analizirali intervjuje na takšen način, bolj so postajale teme, o katerih smo govorili z udeleženci, stabilne in tako uporabne za večino udeležencev. Da bi količino podatkov lahko čim bolj učinkovito organizirali, smo celotni tekst razdelili po temah, o katerih je tekel pogovor. To pomeni, da smo tekst na tej ravni razdelili na posamezne dele in le-te nato, glede na obravnavano skupno glavno temo, združevali.

Opisani korak na prvi pogled ni bil zahteven, prav tako ni posebno prispeval k sami analizi v smislu analitičnega vpogleda, vendar je bil, zaradi večje količine podatkov, ki jih je bilo potrebno pozorno prebrati, časovno precej zamuden. Ključni razlog, da smo se ga poslužili, je ta, da nam je pomagal bolj učinkovito organizirati zbrane podatke.

4. korak: podrobna analiza teksta oz. intervjuja s posameznim športnikom (nadaljevanje induktivnega odprtega kodiranja)

Ta korak je bil med najbolj zahtevnimi, podrobnimi in časovno najdlje trajajočimi. Pri začenjanju podrobne deskriptivne analize teksta smo se opirali na začetna opažanja oziroma komentarje, ki smo jih zapisali ob prvih branjih teksta in pri posameznih delih

teksta tudi na teoretično podlago posameznih tem. Kljub temu da smo se od teh vsaj začasno ali deloma skušali distancirati. Tako smo se predvsem usmerjali na izrazno moč teksta, pri čemer smo čim bolj sledili pomenom, ki so jih svojim doživetjem v tekmovalnih situacijah, pripisovali udeleženci.

4.1. Analiza posameznega intervjuja

Za prvi primer podrobne analize teksta smo izbrali udeleženca, za katerega smo ocenili, da so pripovedi, ki jih je podelil v intervjujih, polne pomembnih podrobnosti, kompleksne in bogate, ne nazadnje pa tudi široke v smislu, da odpirajo zelo veliko različnih vsebin. Analiza pripovedi izbranega udeleženca nam je omogočila, da smo si kmalu v procesu analize lahko oblikovali osnovno predstavo o možnih širinah in globinah pripovedi tudi drugih udeležencev. Znotraj širokih tem, prepoznanih v okviru tematske analize, smo posamezne dele športnikove pripovedi natančno analizirali, pri čemer smo bili vedno osredotočeni na iskanje kakršnekoli povezave z doživljanjem tekmovalne situacije in fair playa.

Ob natančni analizi posameznih odlomkov teksta so našo pozornost ujele najrazličnejše vsebine. Čeprav smo opredelili celo vrsto aktualnih trenutkov, izkustev in doživljanj udeležencev, skozi katere smo, sicer najprej na povsem nestrukturiran in neurejen način, začeli spoznavati naravo njihovega doživljanja, pa smo imeli pred seboj še dolgo pot analize izkustev več udeležencev, preden smo zmogli opaziti tudi globlje povezave. Analiza je tekla tako na vsebinski ravni kot na nivoju opazovanja jezika, ki so ga uporabljali udeleženci. Opažanja o tem, kako udeleženci pripovedujejo so se nemalokrat kristalizirala v obliki vprašanj, kot npr.: Kakšen obseg udeleženci namenjajo določeni tematiki v svoji pripovedi? V kolikšni meri pripovedujejo o svojem notranjem doživljanju (v primerjavi z opisovanjem zunanjega dogajanja)? Vprašanja, o katerih vsebinah so tista, ki sprožijo, npr. zelo kratek odgovor ali izogibanje odgovoru? Kako udeleženec prehaja iz ene teme na drugo? Kdaj so prehodi ostrejši, bolj nepričakovani, nenavadni – pri katerih temah? Če zamenja temo, s kakšno temo jo zamenja? Kako je vse to povezano z doživljanjem? Nekatera vprašanja so sproti odpadla, saj niso dovolj aktualno osvetljevala zastavljenega raziskovalnega problema, druga so se sicer izkazala za zanimiva in aktualna, vendar uporabna za raziskavo v nekoliko drugačnem kontekstu enkrat v prihodnosti, tretja pa so nas vodila k nadaljnji analizi na bolj abstraktni ravni oziroma nazaj k podatkom.

4.2. Analiza več izvedenih intervjujev skupaj

S tem, ko smo podrobno analizirali posamične intervjuje s prvim udeležencem, je sledila analiza, v kateri smo skušali povezati analiziran material iz več intervjujev v smiselno celoto. Tako smo skozi analizo pripovedi posameznega udeleženca prepoznali številne pomembne teme, ki so odražale kompleksnost njegovega doživljanja. Ob tem smo postavljali tudi kode drugega reda, ki so definirane v nadaljevanju. Hkrati smo skozi analizo pripovedi vsakega naslednjega udeleženca tudi v večji meri dopustili, da je le-ta lahko spregovoril zase. Tudi Smith in kolegi (2009) opozarjajo, kako pomembno je, da pri analizi vsakega novega primera spoštujemo njegovo individualnost. To pomeni, da se moramo, kolikor je to le mogoče, ob delu z drugim udeležencem vsaj začasno distancirati od idej, ki so se oblikovale ob analizi doživljanja prvega udeleženca.

Tabela 2. Prikaz primera kodiranja dela transkribiranega intervjuja.

<i>Del transkribiranega intervjuja</i>	<i>Propozicija</i>	<i>Podkategorija</i>	<i>Kategorija</i>	<i>Nadkategorija</i>	<i>Opomba</i>
Žoga je bila čisto na drugi strani, sem čakal predložek iz strani, žoga je bila pri avtu, jaz sem bil na sredini igrišča, šprintal proti голу, saj se vidi na posnetku, igralec je, tako kot sem jaz šprintal, je šel on direkt vame.	Dogajanje v tekmovalni situaciji, kjer se je tekmeč nešportno vedel do športnika, ki je udeleženec raziskave.				Kaže z rokami navidezna položaja njega in tekmeča na igrišču.
S telesom, s telesom čist.	Poudarjanje neustreznega stika v situaciji.	Jeza	Čustvovanje	Športnikovi občutki med igro	Gestikulacija
Jaz sploh nisem vedel, mene je kar naenkrat zmanjkalo, ker je prišel tako od strani zadaj, jaz sem pa gledal tja, z desne strani za predložek. Kar naenkrat me je	Nepričakovan kontakt v tekmovalni situaciji in opis, kako je prišlo do tega.	Prepričanja o socialno vedenjskih pravilih do tekmeča.	Prepričanja o socialno vedenjskih pravilih.	Splošna športnikova situacija.	

zmanjkalo. Ne pričakuješ, sploh ne pričakuješ nekaj takega.					
Bil sem zelo, zelo jezen.	Poudarjanje jeze	Jeza	Čustvovanje	Športnikovi občutki med igro.	
Preklinjal sem v glavi, grde stvari, niso bile prijetne.	Opiše misli povezane s čustvom.	Misli povezane z jezo.	Čustvovanje	Športnikovi občutki med igro.	Kontrola v intervjuju, nezadostna sproščenost
Tudi si mislim, kako lahko to, kako lahko to. Kako je lahko nekdo tako smotan, ...	Presenečen nad vedenjem tekmeca, ki je neskladno z njegovimi pričakovanji. Občutenje jeze.	Prepričanja o socialno vedenjskih pravilih do tekmeca. Misli povezane z jezo.	Prepričanja o socialno vedenjskih pravilih. Čustvovanje.	Splošna športnikova situacija. Športnikovi občutki med igro.	Sedanjik-globlje podoživljanje situacije.
... ti gre in naredi nekaj takega.	Presenečenja nad vedenjem tekmeca, vezanim na odnos do sebe.	Prepričanja o socialno vedenjskih pravilih do tekmeca.	Prepričanja o socialno vedenjskih pravilih. Jaz.	Splošna športnikova situacija.	
Namensko.	Ocena namenskosti dejanja.		Zaznava odnosa s tekmečem.	Športnikovi občutki med igro.	

Legenda: Tabela prikazuje primer poteka kodiranja, od transkribiranja izvedenih intervjujev, do odprtega kodiranja oz. postavljanja propozicij (po Mesec, 1998), podkategorij, kategorij in nadkategorij. Podane so tudi opombe, ki se navezujejo na več različnih faktorjev, eden med njimi je pokazatelj verodostojnosti doživljanja in posledično veljavnosti raziskave (po Petitmengin, 2006).

Ob analizi intervjujev smo se dodatno še spraševali, npr.: Kakšen obseg so udeleženci namenili določeni tematiki tekom vseh intervjujev? Ali, npr. skozi vse intervjuje približno enako veliko časa in prostora namenijo določenim temam, povezanim z notranjim doživljanjem ali pa se to spreminja in kako se spreminja? Razmišljali smo, od česa je to odvisno. Od vzpostavljenega odnosa med udeležencem in intervjuvarjem? Od situacije, o kateri pripoveduje? Vse boljše športnikove introspekcije? Njihovih osebnostnih lastnosti?

4.3. Analiza posameznih in večih intervjujev z računalniškim programom

Podatki so bili obdelani tudi s programskim paketom za kvalitativno raziskovanje NVivo 11.2.2 (QSR International). Program sam od sebe ne dela analize, ampak je le orodje za lažjo analizo. Programski paket omogoča, da po končanem prepisu intervjuja vsebino lažje ter bolj pregledno obdelamo, analiziramo ter posamezne kategorije medsebojno vsebinsko povežemo. Prednost kvalitativnega dela s pomočjo programskega paketa je ta, da samo tehniko in proces kodiranja vsebine naredi bolj transparentnega, saj olajša pregled med posameznimi kodiranimi pojmi. Programski paket nam je pomagal predvsem pri procesu osnega kodiranja.

5. korak: iskanje vzorcev skozi primere (osno kodiranje)

Na tej ravni smo začeli z iskanjem globljih vzorcev povezanosti med temami, ki smo jih prepoznali skozi podrobne analize pripovedi več udeležencev. Opažali smo, da lahko tema, prepoznana v pripovedi enega udeleženca, pomaga osvetliti določene vsebine pri drugem. Postopoma smo tako ugotavljali, katere teme so najbolj prevladujoče, prepričljive, katere so v manjšini, kako so si udeleženci znotraj določene teme med seboj podobni oziroma kako se med seboj razlikujejo, ipd. Šele na tej ravni analize smo lahko povsem prepoznali, da se udeleženci ne razlikujejo samo med seboj, temveč tudi znotraj sebe – lahko je to opazno skozi različne tekmovalne situacije, lahko pa znotraj posameznega izvedenega intervjuja z udeležencem. Če povzamemo, smo postopno spoznavali, kako lahko poglobljena analiza kratkega izvlečka pripovedi udeleženca osvetli integrativno povezanost z analizo celote zbranih podatkov. Na tej logiki izbora slonijo tudi izbrani odlomki iz pripovedi udeležencev, ki jih predstavljamo, analiziramo ter interpretiramo v nadaljevanju.

Ker večje število udeležencev avtomatsko vnaša razmišljanje o pogostosti določene teme pri udeležencih, Smith in dr. (2009) svetujejo, da raziskovalec individualno za svojo študijo in njen raziskovalni problem sprejme kriterij, kako bo opredelil ponovno prisotnost ali pojavljanje določenega fenomena. V praksi to pomeni kriterij, kdaj razume določeno temo, kot temo, ki se ponavlja dovolj pogosto, da zanjo lahko reče, da je značilna, npr. za večino udeležencev. Pri odločitvi za ta kriterij namreč ni pravila. Kriterij lahko predstavlja prisotnost teme, npr. »vsaj pri eni tretjini, polovici ali celo vseh udeležencih« (Smith idr., 2009, str. 107). Glede na prvi analiziran intervju smo poskušali zajeti vse tematike, ki so se

kakorkoli nakazale že tekom intervjujev, tudi če jih niso športniki spontano navedli. V pričujoči študiji je bila določitev takšnega kriterija problematična, saj vseh vsebin nismo sistematično raziskovali pri vseh udeležencih. Predvsem, ker so se posamezna področja odpirala s posameznimi udeleženci, in ni bilo vedno mogoče, da bi te na novo odprte teme, preverili pri udeležencih, s katerimi smo že opravili intervjuje. Razumeti je potrebno, da so udeleženci raziskave vrhunski športniki, ki so večinoma v tujini in zasedeni s številnimi obveznostmi. Toda, ker je do neke mere naravno, da ob večjem številu udeležencev v študiji raziskovalec razmišlja tudi v terminih pogostosti, smo tudi mi pri opisovanju ter interpretaciji podatkov uporabljala izraze, ki označujejo pogostost neke teme pri določenih udeležencih. Tako govorimo, npr. o »veliki večini«, »večini«, »manjšini« udeležencev, o tem, da je določena tema značilna za »nekateri« udeležence ali za »nekaj« udeležencev, za »več« udeležencev, o tem, da se določene vsebine pojavljajo »pogosto«, »običajno«, »nemalokrat«, le v »malo primerih«, so prisotne »redko«, pri »praktično vseh«, pri »skoraj vseh« udeležencih, pri »praktično nobenem« ali pri »skoraj nobenem« udeležencu ipd. Vendar pri tem omenjeni izrazi govorijo o prisotnosti teme le pri tistih udeležencih, pri katerih smo jo bolj ali manj sistematično raziskovali. V praksi bi to pomenilo, da smo iz različnih razlogov določeno temo raziskovali oziroma se je spontano pojavila v pripovedi pri, npr. petih udeležencih, kar seveda ne pomeni, da ni bila prisotna tudi pri drugih udeležencih. Za večjo preglednost smo v spodnji tabeli opisane izraze pogostosti primerjali s približki v odstotkih. Vendar bi radi poudarili, da je tabela s prikazanimi odstotki glede prisotnosti določene teme namenjena zgolj lažjemu razumevanju in natančnejšemu sledenju ugotovitev, nikakor pa ne kakršnemukoli posploševanju zbranih rezultatov v smislu številčnosti oziroma pogostosti na kontekste izven sodelujočih udeležencev.

Tabela 3. *Uporabljeni izrazi pogostosti oziroma prisotnosti določene teme pri udeležencih, pri katerih je bila le-ta raziskovalno spremljana, ter njihovi približki v odstotkih (%).*

Uporabljeni izrazi pogostosti / prisotnosti neke teme pri udeležencih, pri katerih je bila spremljana	Približki v %
»velika večina«, »praktično vsi«, »skoraj vsi«	več kot 90 %
»večina«, »pogosto«, »običajno«, »mnogi«	vsaj 66,6 % (vsaj pri 2/3)
»nemalokrat« »nekateri«, »nekaj«, »več«	med 33,3 % in 50 % (med 1/3 in 1/2)
»manjšina« in »redko«, v »malo primerih«	največ 33,3 % (največ pri 1/3)
»praktično noben« ali »skoraj noben«	manj kot 10 %

6. korak: iskanje povezav v ozadju opredeljenih vzorcev (odnosno kodiranje) in oblikovanje poskusne teorije

Poskusna teorija je kontekstualno vezana in se ne trudi doseči splošne veljavnosti. Kar pomeni, da velja le za določeno okolje ali kontekst in pojasnjuje majhne dele stvarnosti. Sestavljajo jo kategorije na različnih ravneh abstrakcije. Uredimo jih v kolikor mogoče sistematično in povezano teorijo. Glavni cilj utemeljene teorije ni preverjanje določene hipoteze, ampak celovit vpogled, vsebinsko bogato razumevanja in morda napotki za praktično delo. V okviru poskusne teorije se v podatkih išče najrazličnejše teme, ki se na različnih ravneh lahko po različnih kriterijih združujejo v kode. Odnosno ali selektivno kodiranje, kakor ga imenujeta Glaser in Strauss (1967), nadaljuje osno kodiranje na višjem nivoju abstrakcije. Pri tem kategorije prvega reda povežemo v raznolike kategorije drugega reda, ki so na višji ravni in so bolj abstraktne. Kategorije tretjega reda pa so trditve o posplošenih odnosih znotraj kategorije ali med kategorijami nižjega reda. Pri tem je kodiranje ključna povezava med zbiranjem podatkov in nastajajočo teorijo, ki poskuša te podatke pojasniti. Kodiranje raziskovalca usmerja v to, da o materialu razmišlja na nove načine, ki se lahko razlikujejo tako od njegovih lastnih izhodiščnih pogledov kot tudi od interpretacij udeležencev samih (Charmaz, 2011). Dobljene kategorije smo tako v tej fazi analize primerjali med seboj, jih povezali v strukture na osnovi časovnega ali vzročno-posledičnega odnosa in oblikovali teoretični okvir. Tem odnosom smo dodali še vpliv kontekstualnih dejavnikov, ki so se pokazali kot relevantni v procesu analize. Glaser in Strauss (prav tam) pravita, da je cilj te faze identificirati osrednjo temo ali fenomen, okoli katerega lahko grupiramo ostale kategorije in tako oblikujemo zgodbo primera.

7. korak: izbor pripovedi udeležencev, ki celotno portretirajo zgodbe drugih

Četudi se skozi analizo in interpretacijo podatkov po eni strani nismo mogli izogniti drobljenju posameznikove pripovedi na posamezne dele in vzorce, smo po drugi strani v tem istem procesu analiziranja in interpretacije poskušali te razbite dele pripovedi smiselno združevati v celoto, v zgodbe, ki so postopno, dobivale smisel in pomen, obenem pa tudi bolj ali manj koherentno obliko. Vsa svoja opažanja smo poskušali utemeljiti s pripovedmi udeležencev, ki smo jih, kolikor je bilo to mogoče, poskušali ohraniti v prvobitni obliki, tako kot so bile povedane, posnete in nato prepisane v obliki intervjuja oziroma teksta. Vanje smo posegali minimalno, in sicer tako, da smo jih občasno skrajšali na račun nepomembnosti vsebine za aktualno analizo in tekst udeleženca strnili v bolj zgoščeno celoto. Ker so naši udeleženci v raziskavi vrhunski športniki, ki so tudi medijsko precej izpostavljeni, smo za dodatno zaščito njihove identitete, posamezne besede, ki so posamezne športnike bolj tipične in bi lahko tako razkrile njihovo identiteto, spremenili v slovnično in slogovno bolj nevtralne. Izbrali smo tiste odlomke iz pripovedi različnih udeležencev, ki so dobro ponazarjali različne vidike doživljanja. Skozi predstavitev izbranih pripovedi smo na eni strani želeli osvetliti povezanost zgodbe posameznega udeleženca s celotno sliko zbranih podatkov, na drugi strani pa smo poskušali predstaviti razumevanje narave doživljanja v različnih konkretnih športnih situacijah. Obenem pa smo s tem dobili tudi prostor, v katerem smo lahko v interpretacijo podatkov vpeli tudi bolj ali manj konkretna sporočila o tem, kako ob delu športnega psihologa prepoznavati, razumevati in obravnavati doživljanje športnikov. Slednje tako predstavlja tudi pomembno osnovo za razumevanje nekaterih specifičnosti v doživljanju, ki jih je potrebno upoštevati tudi pri oblikovanju ustrezne psihološke podpore vrhunskim športnikom.

5. Rezultati in interpretacija

5.1. Teme

Osnovna tema raziskave je raziskovanje doživljanja v določenih, konkretnih tekmovalnih športnih situacijah. V okviru tega je bil naš interes usmerjen na situacije s fair play vedenjem in z vedenjem, ki ni v skladu s tem. Poleg tega smo se usmerili še na tekmovalne situacije, v katerih je športnikom vse potekalo gladko in so dosegli nek svoj presežek ter v tiste, ko jim nikakor ni šlo. Pri analizi smo upoštevali večinoma propozicionalni del. Intervjuji so bili transkribirani v celoti, izpisani pa so bili samo deli, ki so nas posebej zanimali. Te dele smo najprej odprto kodirali (jim določili propozicije) in tematike ter opise, ki so se večkrat ponavljali zbrali glede na njihove značilnosti, v kategorije. Nekatere kategorije so deduktivne, tj. njihovo pojavljanje smo na podlagi predhodne teorije ali hipoteze pričakovali. Primer take kategorije je *Zaznava odnosa s tekmečem*. Nekatere kategorije so induktivne, torej so nastale iz konkretnih doživljanj športnikov in niso bile pričakovane vnaprej. Primer take kategorije je *Zaznava uporabne vrednosti fair playa*, saj smo pričakovali zgolj splošnejšo kategorijo o pojmovanju fair playa in nismo pričakovali, da bo potrebna tudi podrobneje usmerjena kategorija, v okviru te tematike. Možne pa so tudi kategorije, ki so nastale s kombinacijo deduktivnosti in induktivnosti. Nekatere kategorije imajo tudi podkategorije (tako imenovane kategorije drugega reda), ki so ponavadi različne variacije dane kategorije. Podkategorije *Čustvovanja* so tako *jeza*, *razočaranje*, *strah*, *zadovoljstvo* ter *misli povezane s posameznim čustvom*. Vse kategorije smo razvrstili v tri vrste kategorij najvišjega reda ali nadkategorije, in sicer sta prvi dve nadkategoriji provoosebni, zadnja pa je tretjeosebna. Mesec (1998) poudarja, da pri definiranju kategorij ne gre toliko za to, da bi se nanašali na kake splošno veljavne slovarske definicije, ampak bolj za to, da jih izrazimo operacionalno z indikatorji, kakršne najdemo v besedilu, rezultatih samih. Tako so kategorije utemeljene v kontekstu raziskave in skladno s tem ob njihovem opisu podajamo tudi konkretne besede udeležencev raziskave.

Rezultati so poskus ureditve tega obsežnega nabora gradiva, podatkov in idej v kategorije ter v poskusne teorije. Ker so te precej obsežne in sestavljene in večjega števila dejavnikov in kategorij, smo najprej predstavili rezultate glede na dobljene kategorije. Sprva so podani opisi rezultatov, podkrepljeni s izseki izjav športnikov, zatem so te

ugotovitve umeščene glede na ugotovitve in teorije drugih raziskovalcev. Zlasti prvima dvema kategorijama (poznavanje in zaznavanje uporabne vrednosti fair playa) je posvečeno več prostora, tako zaradi njune pomembnosti v kontekstu projekta, kot zaradi njune obsežnosti v povezovanju z različnimi vrednotami. Nazadnje so predstavljene poskusne teorije, ki slonijo na predstavljenih kategorijah. V nadaljevanju bodo tako predstavljene najprej kategorije, nato njihova podrobnejša vsebinska analiza in na koncu še poskusne teorije, izhajajoče iz obojega.

5.2. Kategorije

V nadaljevanju so predstavljeni rezultati kodiranja, skladno s principi kodiranja Russella Hurlburta in Christopherja Heaveyja (2006), ki jih uporabljata za tehniko deskriptivnega vzorčenja. Vse kategorije smo razdelili v tri skupine in sicer na kategorije, ki se nanašajo na športnikove splošne življenjske situacije, na kategorije, ki so specifične za športnikovo doživljanje tekom igre oz. tekmovanja ter na kategorije, ki so značilne za tekmovalne situacije. Za razliko od prvih dveh skupin kategorij, so kategorije v zadnji skupini bolj objektivne in niso podvržene večjim razlikam v njihovi oceni oz. doživljanju. Vsaka skupina tako vsebuje kategorije, ki so predstavljene z imenom, opisom kategorije, primeri, komentarji in podkategorijami (če jih posamezna kategorija ima). Primeri so dobesedni, vendar slovnično urejeni citati iz intervjujev. Komentarjev ni zgolj pri zadnji skupini kategorij, kjer so kategorije precej enoznačne in razumljive tudi brez dodatne razlage. Za lažji pregled kategorij pa najprej podajamo pregledni seznam le-teh.

Tabela 4. Zbirnik kategorij.

Kategorija 2. reda	Kategorija 1. reda	Podkategorije
Športnikova splošna situacija	Poznavanje pojma fair play	Vrednote v okviru fair playa: poštenost, spoštovanje, neagresija, enakopravnost
	Zaznavanje uporabne vrednosti fair playa	Zaznavanje uporabne vrednosti fair playa, dejanska uporaba fair playa
	Prepričanja o socialno vedenjskih pravilih	Prepričanja o socialno vedenjskih pravilih do soigralca, tekmeca, trenerja, funkcionarjev, medijev, navijačev
	Doživljanje stanja odnosov v življenjski situaciji	Odnos s partnerjem/partnerko, z otroci, s starši, s

		prijatelji, s trenerjem
	Občutek povezanosti (kohezivnosti) s soigralci	
Športnikovi občutki med igro	Čustvovanje	Jeza, razočaranje, strah/anksioznost, zadovoljstvo, zaupanje, misli povezane s posameznim čustvom
	Zaznava medosebne povezanosti	Zaznava odnosa s tekmečem (skrben, objektiviziran), zaznava ciljne povezanosti članov ekipe
	Ocena pravičnosti sojenja	
	Sprožilna točka	Čustvovanje, telesni občutki, misli, predvidevanje o socialnem ocenjevanju
	Točka preobrata	Čustvovanje, telesni občutki, misli
	Jaz	Odmik od jaza, narativni jaz, minimalni jaz
	Uteležena igralna situacija	Telesni občutki, utelešenje rokovanja z rekvizitom, kreativnost
Situacijski dejavniki med tekmo	Situacijska prednost	
	Čas v tekmi	
	Nivo tekme	

5.2.1. Splošna športnikova situacija

V tej skupini so zajete kategorije, ki so splošne v športnikovem življenju, saj so v njem prisotne ne glede na športno udejstvovanje oz. obliko tega. Kljub temu da so bolj splošne in so relativno stabilne, pa jih lahko športniki različno doživljajo in presojujejo.

5.2.1.1. Poznavanje pojma *fair play*

Opis: *Poznavanje pojma fair play* označuje športnikovo znanje o teoretičnem konceptu *fair play* in o konkretnih situacijah, ki podpirajo oz. kažejo *fair play*. V okviru teoretičnega poznavanja pojma lahko športnik izpostavi različne vidike *fair play*, npr. različne vrednote, *fair play* kot odnos do športa in udeležencev v njem, različne skupine udeležencev v športu, ki naj bi spoštovale *fair play*.

Primeri:

“Fair play je zelo širok koncept, podobno kot kaj je svoboda. Gre za to, da se ne igra na agresivne favle.”

“Pomembno je spoštovanje do sebe in nasprotnika. Se vidi tudi v obnašanju klubov v situacijah z mediji, med klubi, ko je treba kakšne tekme prestaviti ali pa komu nagajati. Pa navijači, da imajo spoštovanje tako do lastne ekipe kot do nasprotnika in do lastne ekipe tako ob zmagi kot porazu. V osnovi gre za odnos do športa.”

Komentar: Kategorija je deduktivno-induktivna, saj smo že vnaprej poznali teoretične opredelitve koncepta fair playa, hkrati pa je bilo vprašanje športnikom postavljeno povsem odprto in se jim je dopustilo njim lasten tok razmišljanja in opredeljevanja koncepta. V tekstu (v poglavjih Rezultati in interpretacija) smo ime kategorije največkrat uporabljali v skrajšani obliki, kot: *poznavanje pojma*. Osredotočili smo se predvsem na vrednote, ki so skladne s fair playom, npr. poštenost, spoštovanje, neagresija, enakopravnost.

5.2.1.2. Zaznavanje uporabne vrednosti fair playa

Opis: Kategorija *zaznavanja uporabne vrednosti fair playa* označuje v kakšni meri športnik meni, da je princip fair playa konkretno uporaben v športu in ga je tudi sam pripravljen uporabiti oz. ga uporablja.

Primeri:

“V športu ga niti ni, ker vsak se bori za svoje in igraš nekakšno igro, sigurno igraš pošteno igro, so pa tudi segmenti, ko bi rad ukanil igralca.”

“Se spoštuje fair play, ampak kot ga pozdravljamo z raznimi rekviziti, zastavami je čisto nekaj drugega kot pa si športniki predstavljamo, kot pa se dogaja na igrišču.”

Komentar: Kategorija je induktivna in je nastala iz prvotno dveh ločenih kategorij, zaznavanja uporabne vrednosti fair playa in dejansko uporaba fair playa v konkretnih športnih situacijah, vendar, ker se kategoriji praktično ne razlikujeta in so tudi športniki običajno spontano povezali oboje, se je zdela delitev na dve kategoriji, preveč umetna in nasilna.

5.2.1.3. Prepričanja o socialno vedenjskih pravilih

Opis: *Prepričanje o socialnih vedenjskih pravilih* zajema norme, ki za športnika veljajo v socialnih odnosih, kot se pojavljajo v športu, pa tudi izven tega, ter po katerih športnik oblikuje svoje vedenje ter vrednoti vedenje drugih. Norme so precej ponotranjene in njihov vpliv se večinoma dogaja na predreflektivnem nivoju. Tako imajo športniki ob njihovih kršitvah običajno hitre in intenzivne čustvene reakcije.

Primeri:

“Tekmec je šel v stik z vratarjem, sem šel potem na tega igralca, da bi se stepla, da se ta stvar poravna. To formalno ni dovoljeno, je pa stoletna tradicij v mojem športu. Se sankcionira, ampak tako je. Človek pričakuje, da bo to poravnal.”

“Bila je prevelika tekmovalnost glede na trening, ni bilo več zdravo, je bilo že na riziko.”

“Tako kot oni do mene, jaz do njih. Če je bil on na tekmi nesramen in mu je bilo vseeno, kako me boli, zakaj ne bi bil jaz do njega nesramen. Naj vidi, da to ni bilo v redu in kako je potem odreagiraj, jaz pa sploh ne.”

“Je bilo to zame kot ena stvar, ki se je ne naredi, nespoštovanje. Ker sva toliko časa igrala skupaj, je bilo jasno, da ve, kaj mora narediti, kaj je prav, ampak je namerno manipuliral. Je to mene prizadelo tudi kot človeka.”

Komentar: Kategorija je induktivna in razvidno je, da so prepričanja precej kolektivna in posameznik avtomatično sklepa, da imajo drugi enaka prepričanja, kot jih ima sam. Ker so predreflektivna se jih običajno zaveda šele, kadar so kršena. Podkategorije so: prepričanja o socialnih vedenjskih pravilih do soigralca, do tekmeca, do trenerja, do funkcionarjev v klubu in/ali reprezentanci, do medijev in do navijačev.

5.2.1.4. Doživljanje stanja odnosov v življenjski situaciji

Opis: Kategorija opisuje percepcijo stanja odnosov in pomena le-teh, z ljudmi, s katerimi športnik vzpostavlja stabilnejše in dolgotrajnejše odnose. Sem se na primer umešča partnerski odnos, odnos z drugimi bližnjimi, prijatelji.

Primeri:

“Če imam družino ob sebi, sem lahko bolj miren. Če sem proč, moram opravičiti, zakaj nisem z družino. Ko so z mano, ali sem v domačem klubu, bolj dojemam šport kot igro, je groba igra, na profesionalnem nivoju.”

“Ko si v tujini in takšnih klubih, je dodaten stres zraven, da moraš nekaj prinesiti družini, pogrešam jih in sem tu, ker se žrtvujem, moram narediti uspeh, ko jih nimam zraven, da bom miren.”

Komentar: Kategorija je induktivna in je precej individualna, odvisna od posameznika, kateri odnos oz. odnosi so zanj pomembnejši v življenju in kaj mu posamezen od teh odnosov pomeni. Tako so lahko podkategorije znotraj tega posamezni odnosi, npr. odnos z ženo/možem (oz. partnerko/partnerjem), odnos z otroki, odnos s starši, odnos s prijatelji in lahko tudi odnos s trenerjem.

5.2.1.5. Občutek povezanosti (kohezivnosti) s soigralci

Opis: *Občutek povezanosti s soigralci* se nanaša na socialno kohezivnost ali pomankanje te med športniki v ekipi.

Primeri:

“Mi je zelo pomembno, kako v ekipi sodelujemo. Da smo ena velika skupina, ki lahko delamo skupaj, tudi izven športa. Kadar smo bili najbolj uspešni, smo vedno kot ekipa držali skupaj, nikoli ni bilo, da bi koga krivili, prelagali odgovornost, krivdno na drugega. Smo bili vsi zadovoljni. Veš, da se ti ni treba boriti proti nobenemu soigralcu, veš, da bomo stvari reševali skupaj, ne rabiš razmišljati, kaj bo kdo misli, ali bo potem obračal ploščo. Si zato lahko sproščen in se posvetiš športu.”

“Sem čutil splošno nemoč, zaprtost, ker je vsak v klubu gledal svojo pozicijo. Tam je bil samo vsak zase.”

Komentar: Kategorija je deduktivno-induktivna, saj smo na osnovi teorije že predvidevali, da se bo kategorija pojavila tudi skozi našo raziskavo, kljub temu pa smo pustili, da se skozi intervjuje pokaže po svoje. Pričakovali smo skupno kategorijo povezanosti med športniki ene ekipe, vendar se je skozi raziskavo pokazalo, da je bolj ustrezno ločiti socialno in ciljno povezanost in tu opisujemo socialno povezanost članov ekipe.

5.2.2. Športnikovi občutki med igro

Ta sklop zajema fenomenološke kategorije, ki jih športnik zazna med tekmo, so zanj pomembne v tekmovalni situaciji, specifične v okviru te in jih tekmovalna oz. športna situacija tudi sprovcira.

5.2.2.1. Čustvovanje

Opis: Čustvovanje zajema doživljanje različnih čustev, ki se lahko pojavijo v tekmovalni situaciji in vsebuje tudi telesne občutke in spremljajoče misli.

Primeri:

“Sem bil jezen, ker me je udaril, sem bil prepričan, da me je namensko udaril ... Je naval adrenalina, jeze, jeza je v sebi, v prsih, naval energije, gre gor iz nog, gor po celem telesu, bolj še v rokah čutim, kot neko ščemenje.”

“Mi je bila to pika na i, ker nisem bil na treningu na nivoju, kot bi hotel. Sem bil jezen nanj. In kot neko razočaranje nad sabo. Je bilo preveč čustveno ... Jezo sem čutil kot višek energije, potem avtomatično eksplodiral, se sploh ne morem umiriti v takšnem.”

Komentar: Kategorija je deduktivno-induktivna, saj smo glede na teorijo pričakovali določena čustva, vendar pa nas pred raziskavo ni zanimalo, katera so možna čustva, ki bi vplivala na tekmovalno vedenje in poleg tega nas je pomembnost določenih čustev presenetila. Kategorija ima več podkategorij, in sicer: jeza, razočaranje, strah, zadovoljstvo, zaupanje ter misli povezane s posameznim čustvom.

5.2.2.2. Zaznava medosebne povezanosti

Opis: Kategorija opisuje športnikovo doživljanje različnih ljudi, ki so prisotni v določeni športni situaciji. Tako opisuje doživljanje odnosa do tekmeca, njegovih namenov, ciljev, ki jih imajo tudi ostali člani ekipe in doživljanje (ne)enakosti teh ciljev.

Primeri:

“Ga vidim kot prijatelja, ki ga hočem premagati. Si pustiva bolj grobo igro, ker je v okviru profesionalizma in ni namere si škoditi.”

“On je zame nasprotnik in ne sovražnik, bi mu pa hotel dokazati, da sem boljši od njega.”

“Sem ga vzel kot slabega. Bi rekel, v tistem trenutku, da ga sovražim. Mi je bil bolj kot objekt, bolj kot ena ovira, odtujen, niti malo blizu.”

“Včasih je lahko en igralec, pa ti ruši cel sistem v ekipi. Pogosto je to s kakšnimi Američani, se jim dovoli več. Takrat ni več pravega zaupanja v trenerja, klub.”

“Tudi med treningom se določene stvari dogajajo, pa gremo potem na kavo. Tudi če pride do večjih udarcev, ni zamer. Ne morem biti jezen na drugega, ki opravlja svoj poklic.”

“Veš, da se ti ni treba boriti proti nobenemu soigralcu, veš, da bomo stvari reševali skupaj, ne rabiš razmišljati, kaj bo kdo mislil, ali bo potem obračal ploščo. Si zato lahko sproščen in se posvetiš športu.”

Komentar: Kategorija je deduktivno-induktivna in je sestavljena iz dveh večjih podkategorij: zaznava odnosa s tekmeccem in zaznava ciljne povezanosti članov ekipe. Glede na teorijo smo predvideli določeno pomembnost teh odnosov, vendar pa je bila podkategorija ciljne povezanosti članov ekipe v skupni kategoriji z občutkom povezanosti v ekipi. Torej s socialno kohezivnostjo je tvorila skupno kategorijo kohezivnosti. Vendar pa smo obe podkategoriji, zaradi različnega doživljajskega ozadja in izraza v procesu tekmovalne sezone, razdelili v ločeni kategoriji. Podkategorija *zaznava odnosa s tekmeccem*, vsebuje več vidikov, npr. *skrben odnos do tekmeca*, kadar ima športnik skrben

odnos do tekmeca, ga zaznava predvsem kot človeka in manj ali sploh ne kot nasprotnika. Ob takšnem odnosu je športnik pripravljen tekmeču tudi bolj pomagati ob potencialnih, zdravje ogrožajočih situacijah, hkrati pa tekom celotne tekme vzdržuje visok tekmovalen naboj. *Objektiviziran odnos do tekmeca* zajema neoseben odnos športnika do tekmeca, tega zaznava ali kot nepomembnega ali pa ima do njega sovražen odnos in ga zaznava kot oviro, ki jo mora premagati. Ta vrsta doživljanja tekmeca je značilna predvsem ob dejanjih, ki ne sledijo pravilom fair playa. Poleg tega ima kategorija dve distinktni vrednosti in sicer občutek povezanosti s socialnem okoljem, ki je povezan tudi z občutkom sprejemanja s strani drugih, ter občutek ločenosti od drugih, ki je povezan s pričakovanjem negativnega vrednotenja in ocenjevanja s strani drugih.

5.2.2.3. Ocena pravičnosti sojenja

Opis: Kategorija opisuje športnikovo doživljanje vloge sodnika v športu, (ne)ustreznosti sojenja v tekmovalni situaciji, ki je lahko tudi v povezavi s športnikovim presojanjem sodnikove (ne)naklonjenosti in/ali (ne)pravičnosti do njegove ekipe.

Primeri:

“Sodnik ni odreagiriral na to, kar je naredil vratarju. Smo vsi gledali ali kaj bo, pa ni bilo nič.”

“Sodnik je videl, da me je s komolcem, ampak je sodil samo favl.”

“Je veliko manjših favlov, pa sodnik ne piska, me spravi to s tira. Mi ni to pravično, zakaj piska nam, tam pa ne. Če je kriterij enak, je ok, če pa ga menja, je zelo obremenjujoče.”

“Sodnik bi moral skrbeti za red na igrišču, mora prej prekiniti tekmo, preden bi mi sploh lahko odreagirali, tudi če kdo potrebuje pomoč. Če bi sodniki delali svoje delo, se fair playa ne bi rabilo.”

Komentar: Kategorija je induktivna in se je pokazala za precej pomembno v procesu športnikovega presojanja.

5.2.2.4. Sprožilna točka

Opis: Kategorija zajema športnikovo doživljanje v težji tekmovalni situaciji, v kateri ni mogoča izvedba predvidene akcije. Hkrati pa zaprtje možnosti predvidene akcije odpre možnost drugačnega vedenja.

Primer:

“Vidim, da akcije, kot smo jo načrtovali ne morem narediti, mojega soigralca, ki naj bi mu podal žogo, ni nikjer in vsi ostali so pokriti. Nekaj je zelo narobe.”

Komentar: Kategorija je induktivna, oblikovala se je namreč izključno ob pregledu rezultatov, in je kompleksnejša, saj vključuje več vidikov doživljanja. Tako vključuje spremljajoče čustvovanje, telesne občutke ob temu, misli in predvidevanje o socialnem ocenjevanju.

5.2.2.5. Točka preobrata

Opis: Kategorija označuje doživljanje v tekmovalni situaciji, ko športnik spredvidi, da obstaja možen pozitiven izhod iz tekmovalne situacije, v kateri se je predhodno zdelo, da ne bo mogoča nobena akcija.

Primer:

“Vedel sem, da je vratar preveč agresiven in da me bo pretirano sledi in bo šel v moji smeri. Ampak še vedno nisem vedel kaj bo naredil, ampak sem se zavedal njegove slabosti.”

Komentar: Kategorija je induktivna, nastala je skozi analizo rezultatov in tako kot predhodna kategorija, zajema celostno doživljanje: čustvovanje, telesne občutke in misli.

5.2.2.6. Jaz

Opis: Kategorija zajema, skladno z najširšo sprejeto delitvijo, jaz kot akterja ali subjekt in jaz kot objekt (oz. mene). Akter je nosilec delovanja, imenovan tudi čisti ego, objekt pa je socializiran vidik osebe in predstavlja podobo, ki si jo posameznik ustvarja o sebi, vse, kar si misli o sebi, da je, in tudi vse, kar želi pokazati, da je.

Primeri:

“Bil adrenalin, bolečina, želja po uspehu. V tistem momentu kot ena manjvrednost, kot da bi te nekdo poniževal, če te je namerno udaril.”

“Bilo je maščevanje, sem vedel, da grem direktno nanj.”

“Moja prva vrednota je biti najboljši. Je bila še večja jeza, ker mi je vzel žogo, kot pa, ko me je fizično odrinil. Tu je bilo to, da nočem, da je boljši, nočem, da mi pobegne.”

Komentar: Kategorija je deduktivno-induktivna, saj smo jo predvideli že skozi pregled literature, vendar pa je analiza rezultatov odkrila njene vidike, ki jih nismo predhodno pričakovali. Tako je eden od njenih vidikov oz. podkategorija tudi *odmik od jaza*. Za razumevanje vseh rezultatov je poleg zgoraj opisane delitve jaza pomembna tudi sorodna delitev na narativni in minimalen jaz. *Narativni jaz* se nanaša na osebno identiteto, ki zajema socialno identiteto, osebnost, navade, stil, osebno zgodovino itd. *Minimalni jaz* pa predpostavlja občutek obstoja kot subjekta doživljanja, je sestavljen iz občutka lastne aktivnosti, lastništva ter odgovornosti za aktivnost in kognicijo. To je predreflektiven, tih nivo sebstva.

5.2.2.7. *Utelešena igralna situacija*

Opis: Kategorija vključuje športnikovo doživljanje interakcije telesa z okoljem, lahko direktno ali posredno preko športnega rekvizita.

Primer:

“Čutim žogo, ki jo držim. Pred to podajo, v trenutku ko se zavem, da podaja ni možna, se mi zdi, da mi je žoga v tistem trenutku težka, mi je v napoto. Ne vem kaj bi z žogo, mi je odveč”.

Komentar: Kategorija je induktivna in relativno kontinuirana. Njen pomen se se namreč izraža skozi različne tekmovalne situacije, kar lahko športnik začuti preko celotnega telesa, različnih delov telesa ali preko povezanosti z rekvizitom (t.j. žogo, hokejsko palico,

pakom). Športniki se največkrat zavedajo utelešenega rokovanja z rekvizitom, ki se lahko kaže kot nepovezanost z rekvizitom (ko imajo športniki občutek, da rekvizita ne obvladajo, da nimajo ustrezne kontrole nad njim) in kot povezanost z rekvizitom (kadar imajo športniki dober občutek njihovega rokovanja in obvladovanja). Tretja modaliteta te kategorije pa je kreativnost, ki presega samo občutek do rekvizita, temveč vključuje tudi bolj celostno zavedanje svojega telesa v prostoru in tudi pozicij drugih športnikov, relevantnih v dotični situaciji, s čimer se odpre možnost za nepredvideno in novo akcijo.

5.2.3. Situacijski dejavniki med tekmo

Ta skupina zajema kategorije, ki vključujejo objektivne, konkretne tekmovalne situacije, ki vplivajo na športnikovo presojanje oz. odločanje. Večina njih vpliva tako, da športnik ob njih občuti pritisk, na osnovi katerega se odločijo delovati. Kljub temu da so to objektivni dejavniki, pa imajo lahko za različne športnike v različnih obdobjih različni pomen za njihovo delovanje. Za razliko od prejšnjih dveh vrst kategorij (oz. nadkategorij), ki sta prvoosebni, je ta tretjeosebna.

5.2.3.1. Situacijska prednost

Opis: Kategorija ponazarja, da je za vedenje športnika pomemben tako celoten rezultat v toku tekme, kot občutek prednosti oz. neprednosti v določeni tekmovalni situaciji. Oba primera situacij sta pomembna za športnikovo odločanje.

Primeri:

Sem šel namensko preprečit igralca [op.a. z agresivnostjo], da da gol. Sicer smo vodili 1:0, ampak sem bil v tej situaciji, v izgubljenem položaju. Delček sekunde, ko vidim, da drugače ne bom mogel rešiti te situacije in se potem namensko odločim. Bilo je pomembno, da ne dobimo gola.

Sem se počutil, da sem malo zajebal, da se nisem prav postavil, da sem postavil ekipo in sebe v izgubljen položaj.

5.2.3.2. Čas v tekmi

Opis: Kategorija označuje pomembnost tekmovalnega časa za odločanje o vedenju. Torej športniki sprejemajo drugačne odločitve glede na to ali so na začetku ali na koncu tekme oz. kjerkoli na tem kontinuumu.

Primeri:

Proti koncu tekme lažje priznam. To je avtomatično, ker se mi tempo že spusti, ne rabim biti več toliko skoncentriran 100% kot prej. Sem hkrati tudi bolj sproščen, gre vse lažje.

Če bi bilo na začetku tekme, ne bi tako odreagirajl je bilo proti koncu, se je izplačalo, ker smo dobili 3 točke.

5.2.3.3. Nivo tekme

Opis: Kategorija zajema pomen nivoja tekme za športnikov proces odločanja o (ne)športnem vedenju, torej športnikovo presojanje glede na to ali igra, npr. klubsko tekmo, ali prijateljsko tekmo, ali reprezentančno tekmo, ipd.

Primeri:

Imam večji pritisk proti slabšim ekipam, ker jih preprosto moramo zmagati. Za enakovredne nasprotnike, pa je vse sprejemljivo, samo da je dobra tekma.

Komentar: Pomen nivoja tekme je zelo individualen, saj različnim športnikom različni tekmovalni nivoji predstavljajo različno psihično obremenitev. Nekomu, npr. lahko klubski nivo tekmovanja predstavlja večji pritisk kot pa t. i. višji nivo tekmovanja, kot so npr. reprezentančne tekme, pri nekom drugem je ravno obratno, pri nekomu tretjemu pa nivo tekme nima vpliva.

5.3. Vsebinska analiza fenomenologije fair playa

“Igral je igro zaradi nje same.”

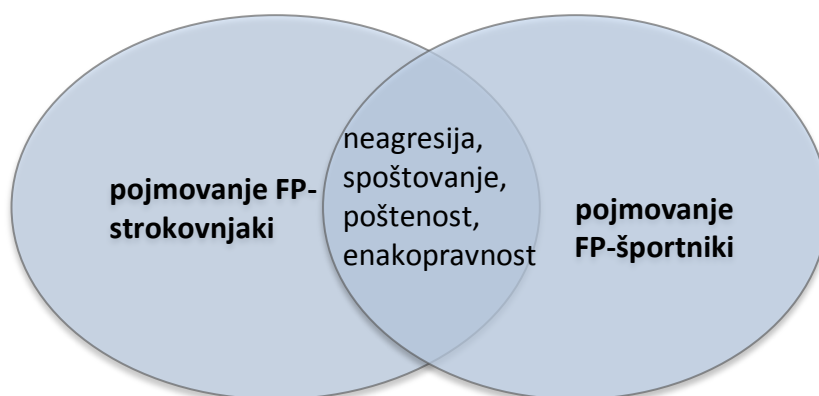
-- Sir Arthur Conan Doyle (Sherlock Holmes)

[“He played the game for the sake of the game itself.”]

-- Sir Arthur Conan Doyle (Sherlock Holmes)

V nadaljevanju bomo podrobneje predstavili vsebinsko analizo rezultatov, skozi predhodno opisane kategorije. Kot prvo postane skozi intervjuje s športniki jasno, da razlikujejo fair play glede na njegova teoretična izhodišča in glede na njegovo uporabo v konkretnih športnih, zlasti tekmovalnih situacijah. Tako v nadaljevanju opisujemo dva sklopa, prvi je usmerjen na to, kako športniki pojmujejo sam pojem fair playa, katere športne vrednote najbolj povezujejo s fair playem in katere so ključne za njih, katera vedenja za njih predstavljajo mejo nefair play delovanja in kje vidijo njegovo konkretno uporabnost. Drugi sklop pa je usmerjen na preučevanje fair playa v konkretnih doživetih športnih situacijah, pri čemer se bomo poglobili tako v doživljanje ob nešportnih in športnih situacijah kot v dejavnike, ki lahko kakorkoli vplivajo na odločitev za tovrstna vedenja.

5.3.1. Relativno majhno ujemanje v pojmovanju fair playa med vrhunskimi športniki in strokovnjaki



Slika 6. Shematičen prikaz ujemanje pojmovanja fair playa med strokovnjaki in vrhunskimi športniki

Glede na to, da je fair play kompleksen koncept, ki ga tudi športni strokovnjaki ne morejo enoznačno opredeliti, je ob začetku obravnave tega, najprej potrebno videti, ali se sploh pogovarjamo o isti stvari. Posledično nas je najprej zanimalo, kako fair play pojmujejo in doživljajo športniki ter kaj je znotraj tega tisto, kar je njim osebno pomembno.

Fair play v splošnem zajema naslednje vrednote (Lumpkin idr., 1994; Morgan idr., 2001): poštenost, pravičnost, odgovornost, športnost, spoštovanje, enakopravnost, neagresivnost in veselje. Kot je razvidno iz zgornjega prikaza je razvidno, da športniki poznajo fair play predvsem kot pojem, ki zajema neagresivna dejanja, spoštovanje udeležencev v športu, poštenost in enakopravnost (predvsem glede na raso, versko izpoved in spol). Rezultati so tako pokazali, da športniki ne poznajo celotnega koncepta fair playa. Hkrati pa je tudi res, da niso o tem niti nikoli posebej razmišljali. O fair playu razmišljajo povsem s praktičnega in konkretnega vidika, izhajajoč iz osebnih izkušenj, ki jih imajo v športu (kat. Pojmovanje fair playa). Dokler se jim ne zgodi nekaj, kar jih tudi prizadene, o tem, praviloma, ne bodo niti razmišljali. Na osnovi konkretnih situacij, ki jih imajo, pa začnejo bolj poglobljeno razmišljati oz. ozaveščati, kaj je za njih, v športu, pomembno in kaj je za njih (ne)sprejemljivo. To potem tudi tvori njihov koncept fair playa. Pogledi na to kaj je del tega koncepta, pa se razlikujejo, različni športniki namreč izpostavljajo različne vrednote. Tako poročajo, da je za njih najbolj pomembno, npr.:

"Da ima vsak isto pravico nastopanja, ali je bel, rumen, črn, da ni rasizma."

"V fair playu je najbolj pomembno spoštovanje, zame. Da ne podcenjuješ situacije, da se jemlje igralca kot človeka."

"Spoštovanje do sebe in nasprotnika. To je obnašanje klubov v situacijah z mediji in med klubi, ko je treba kakšne tekme prestaviti ali pa komu nagajati [op. a.: športnik v nadaljevanju razloži, da si včasih ekipe namenoma nagajajo med sabo, tako, npr. da ob gostovanju omogočijo trening, ampak ne dajo žog] ... Navijači, da imajo spoštovanje tako do lastne ekipe kot do nasprotnika in do lastne ekipe tako ob zmagi kot porazu. Pri tem gre za odnos do športa."

“Fair play je zame odgovornost, da priznaš, ko nekaj narediš, je poštenost med igralci in sodnika do igralcev, do vseh igralcev. To se mi zdi najpomembnejše.”

“Nekateri igralci so takšni, da ti hoče onemogočiti, da prideš kakorkoli mimo, samo da ne bi dobil žoge, pa celo, tudi če nimaš žoge, npr., da te spotakne ali kaj podobnega. To je res grdo in nešportno.»

Kljub temu, da so v zgornjih citatih izpostavljeni nekoliko različni vidiki razumevanja fair playa, pa praktično vsi športniki najbolj poudarjajo kot mejo športnega oz. nešportnega obnašanja, namensko poškodovanje drugega športnika ali namensko povzročanje bolečine drugemu, brez športnega cilja v ozadju. Torej, glede na sprejeto definicijo v poglavju Teoretična izhodišča, športniki nasprotujejo agresiji in nasilju.

“Fair play je zame, da namensko ne poškoduješ ... da bi ga namenoma udaril, ga pljuval.”

“Pomembno je športno obnašanje, da ne smem priti do soigralca, tekmeca ga namerno udariti.”

“Fair play v igri je, da se ne gre na iskanje agresivnih favlov ali stvari na meji možne poškodbe, da ni namernega poškodovanja.”

Tako bi na osnovi navedenega lahko zaključili, da od vrednot, ki so del fair playa, športniki spontano najbolj podpirajo neagresivnost (vsi), spoštovanje (13/14), poštenost (12/14) in enakopravnost (9/14). Vendar pa nam ta podatek kot takšen ne pove veliko o razumevanju fair playa, pravzaprav niti o vrednotah samih ne. Kot prvo je že iz podanih odgovorov razvidno, da športniki različno pojmujejo posamezne vrednote (glede na zgornje primere, je to zlasti razvidno pri spoštovanju). Posledično je združevanje mnenj v kategorije vrednot manj upravičeno, pa čeprav sami spontano poimenujejo te vrednote. Kot drugo, nam že način ubesedenja pokaže, da različni športniki, različno pristopajo k razmišljanju o fair playu. Medtem, ko nekateri najprej najdejo pri sebi določene konkretne primere in potem oblikujejo kategorijo vrednote, pa drugi začnejo razmišljanje

z določeno vrednoto, ki jo potem poskušajo opisati s konkretnimi primeri. To nam lahko pokaže več stvari, npr. da je za nekatere športnike ta koncept bolj teoretičen kot za druge, da ga imajo različno ponotranjenega, da je njihovo razmišljanje o tem, bolj socialno naučeno ali pa da želijo podajati bolj socialno zaželene izjave ali pa izraža njihov splošen način razmišljanja. Največji problem pri teh razmišljanjih o fair playu je, da niso nujno povsem resnična oz. da ne kažejo celotne slike pojmovanja in doživljanja fair playa. Eden od takšnih primerov je, da sicer vsi nasprotujejo agresiji in nasilju, ki ju sami opišejo kot kakršnokoli namerno povzročanje poškodbe, vendar pa, ko se bolj poglobijo v to, se začnejo zavedati, da sprejemajo poškodbe (tako telesne kot psihične), ki se zgodijo ob bolj grobih akcijah, v žaru igre same in da večinoma sprejemajo način igre, v okviru katerega lahko pride do tovrstnih poškodb. Tako športniki, npr. povedo, da:

“Pravila izven formalnih so lahko ta taktična, da to narediš, kar ti trener reče. To je včasih tudi trener reče, naredite dva groba favla na njem, se bo sprovciral, pa ne bo mogel več igrati.”

Skoraj vsi športniki navajajo podobne primere, ko agresivnost, ki je spodbujana s strani trenerja, funkcionarjev in lahko tudi sotekmovalcev iz ekipe, tudi namensko izvajajo. Res je sicer, da ta namenskost ni usmerjena v namerno poškodovanje drugega, ampak v to, da se drugega “onemogoči”, ali za eno akcijo, ali za nekaj akcij, ali za celo tekmo. Problem pa nastane pri tem kaj pomeni onemogočiti in kako se lahko postavi zagotovo mejo. Primeri, kot je nameren telesni napad drsalke Tonye Harding (oz. za to najetega človeka) na Nancy Kerrigan, so izjemno redki in predstavljajo tako jasno in resno kršitev, da niti ne potrebujejo dodatnega pogovora v okviru fair playa. Poleg tega jih družba enoglasno obsoja in močno sankcionira. Tonya Harding je bila npr. zaradi napada doživljenjsko izključena iz umetnostnega drsanja. Ukvarjanje s fair playem je, med drugim, pomembno ravno zaradi tovrstnih dvojnih oz. mejnih situacij, ki jih na eni strani prepovedujejo pravila in športni duh, na drugi strani pa so dovoljene in spodbujane s strani večine delujočih v športnih klubih in reprezentancah (tj. trenerjev in funkcionarjev). Športniki se običajno prilagodijo pričakovanjem vodilnih, zlasti trenerja. Tako namensko agresivnost praktično vsi športniki (z izjemo enega) opisujejo kot normalen in ne samo sprejemljiv del športa, ampak, večinoma, iskan in pohvaljen del. Gill (1985; v Hanin, 2000) piše o t. i. sivi coni

športnega nasilja, v kateri so nasilna dejanja prepovedana s pravili, vendar so bolj ali manj sprejeta s strani pomembnih drugih. Eno mejo te cone predstavljajo pravila v športu ali njihove interpretacije, drugo pa norme in zakoni družbe. Iz drugega vidika pa tako športniki kot večina športnih teoretikov (Lumpkin idr., 1994, Vallerand idr., 1996, Morgan idr., 2001) postavlja mejo med agresivnostjo in agresijo oz. nasiljem glede na namen. Pomembno je, da se podrobneje poglobimo v vprašanje meje agresivnosti in v to ali namen poškodovati in namen, npr. "onemogočiti" resnično ločujeta športnikovo vedenje na igrišču. Za lažje razumevanje kako tanka ali ničelna je ta meja, navajamo enega od primerov.

Športnik je odreagiriral na grobo igro tekmeca do svojega člana ekipe. V športu, v katerem je, je namreč dolgoletna norma, da ob takšni situaciji, drug član in/ali člani ekipe povrnejo grob kontakt, tistemu, ki ga je prvi naredil. S tem pokažejo, da kot ekipa skrbijo za svoje člane in si stojijo ob strani. V tistem trenutku je bil, za to povrnitev, tudi spodbujan s strani članov svoje ekipe. Do tekmeca je šel namenoma, z odločitvijo za fizičen kontakt, ne pa tudi z odločitvijo, kakšen bo ta kontakt in definitivno ne z namenom poškodovanja tekmeca. Ob spletu okoliščin, predvsem pa ob novi reakciji tekmeca, ki jo je doživel kot dodatno nespoštovanje, ga je udaril tako, da je padel po tleh in izgubil zavest. Ob tem naj še enkrat poudarimo, da so selektorji za pričujočo raziskavo izbrali športnike, ki so bolj športni od večine. Športnik je torej naredil nekaj, kar je v njegovem športu povsem običajno, se dogaja na vsaki tekmi (tudi večkrat) in je, ob tem, da je sicer formalno kaznovano, pa neformalno spodbujano in celo častno. Njegov namen nikakor ni bil poškodovati tekmeca, ampak kot je rekel sam, na nek način, zaščititi člana svoje ekipe. Torej glede na definicijo, ni bilo dejanje, katerega namen je bila agresija in tudi ni bilo dejanje, ki bi se športnikom zdelo nešportno. Pa vendar, bi glede na celotno sliko, verjetno zlasti glede na posledice, marsikdo rekel, da je šlo za agresivno dejanje. To kaže, da v konkretnih primerih ne moremo (vedno) postaviti meje med agresijo/ nasiljem in agresivnostjo glede na namen poškodovanja. Tudi instrumentalna agresivnost, namreč lahko pripelje do enakih posledic kot agresija in nasilje, t.j. do resnih poškodb. Tekmec v zgornjem primeru je, npr. s tem dogodkom zaključil s svojo športno kariero, intervjuvanega športnika pa je dogodek spremenil tako osebno kot je spremenil njegov odnos do športa, za vedno. Večkrat se šele v takšnih trenutkih začne posameznik zavedati,

da je igra, ki ji pravimo šport še kako življenjska in da je tekmelec človek, na katerega imajo lahko tovrstna dejanja pomembne posledice. Tako kot ne dovoljujemo, kot družba, podobnih agresivnih vedenj v siceršnjem življenju, jih ne bi smeli dovoliti niti v športu. Dopuščanje vedno bolj grobe formalne igre daje hkrati tudi dovoljenje za vedenja, ko sta agresija in nasilje. Mnogi avtorji (npr. Gill; 1985; Isberg, 1987 v Hanin, 2000; Shields in Bredemeier, 1996) izpostavljajo, skladno s teorijo socialnega učenja, da, če se športniku pokaže v specifični situaciji določeno agresivno vedenje kot učinkovito, bo isto vedenje uporabljal tudi v podobnih situacijah.

Naslednje pomembno vprašanje, ki se poraja iz zgornjih primerov, je tudi, kaj pomeni poškodovati. Po eni strani se šport jemlje kot nekaj zelo telesnega, po drugi strani pa se išče namenske "tehnične prekrške", kjer je glaven dejavnik psiha in glaven namen prizadeti psihično delovanje športnika, da ne bi mogel več funkcionirati na svojem dosedanjem nivoju. Ali bi lahko rekli, da je Marco Materazzi poškodoval Zinedine Zidana, da je nanj odreagirjal z udarcem z glavo v prsni koš? Nedvomno je bil čustveno močno vznemirjen in prizadet, kar bi lahko opredelili kot psihično poškodbo. Nedvomno je šlo za besedno agresijo, torej za vrsto agresije. Besednega provociranja (ang. *Trash-talk*) je v ekipnih športih ogromno in je namenjen temu, da se tekmecca onemogoči, pozablja ali praktično ignorira, pa se, da lahko tudi besede poškodujejo. Kot je rekel tudi eden od športnikov v raziskavi:

"Včasih beseda bolj boli kot pa kak fizični prijem ali kaj podobnega."

V družbi se ogromno govori o besednem nasilju in škodljivosti tega, vendar se ima v športu toliko nižjo mejo za tovrstno nasilje in športniki se ga morajo, za svoje optimalno funkcioniranje v športu, naučiti sprejemati kot svoj tekmovalni vsakdanjik. V športu se torej ignorira nekaj, kar se v siceršnji družbi poudarja in še več, v športu se spodbuja, kar se v siceršnji družbi zavrača in obsoja (Li, Sun, Ho, You, Shaver in Wang, 2016). Glede na tovrstna dvojna merila menimo, da se lahko agresivnost v športu zmanjša in s tem prepreči različne poškodbe, samo tako, da se spodbuja in dovoljuje asertivnost in se močno kaznuje kakršnakoli agresivnost ter agresija.

V nadaljevanju nas je zanimalo, ali se te neskladnosti med (začetnimi) izjavami in doživljanjem konkretnih situacij kažejo tudi pri drugih fair play vrednotah, ki so jih športniki izpostavili. V primeru poštenosti je tako športnik rekel, da se fair play kaže v tem, da

“... ko pride do kakšne situacije, da kakšnega pomotoma udariš ali gre žoga v avt, to priznaš.”

Ob nadaljevanju intervjuja pa se je pokazalo, da je za športnika, to sicer osnovna ideja, vendar pa nikakor ni absolut, po katerem bi se ravnal v vsaki situaciji:

“Če bi šla žoga v avt, pa bi sodnik rekel, da ni bilo zaradi mene... ne moreš tega [op. a. priznati svoje napake] vedno nardit, vsaka žoga šteje.”

Ob nadaljnjem poglobljanju, športnik še pove, da v situaciji niti ne pomisli na to, da bi priznal svojo napako, če je sodnik ne vidi:

“Sem toliko v tekmovalnosti, hočem zmagati, nisem niti v dvomih, če sodnik prisodi drugače.”

Podobno so povedali tudi drugi športniki, tudi če niso izpostavljali poštenosti kot ključne vrednote v fair playu. Praktično nihče ne bo sam priznal svoje napake, če sodnik tega ne bo videl in prisodil. Pri tem so sicer odstopanja glede na določene situacijske dejavnike, kar bomo predstavili v nadaljevanju.

Spoštovanje je bila ena od vrednot, ki so jo športniki izpostavljali v okviru fair playa, pri čemer se je takoj videlo, da se lahko znotraj te naredi različne poudarke, saj je, kot smo prikazali že v teoretičnem delu, vrednota, ki se prepleta z drugimi (Vallerand, idr., 1997; Abad, 2010). Tako kot je navedeno v teoretičnem delu, nekateri športniki izpostavijo, da je spoštovanje pomembno ne samo v odnosu do drugih ljudi, ampak da je pomembno tudi spoštovanje do sebe. To se med drugim kaže tudi v spoštovanju svojega telesa, kar je v direktnem nasprotju z vrhunskim športom. Navzven se morda res, celo glorificira

športnikovo telo s pripadajočimi sposobnostmi, vendar pa je vrhunski šport izrazito nespoštljiv do telesa in običajno imajo tudi športniki sami, do svojega telesa predvsem zahtevajoč odnos ter so pogosto razočarani ali jezni, če telo ne more slediti njihovim željam in pričakovanjem (Stephan, Torregrosa, Sanchez, 2007). Da bi iz telesa potegnili dodatno moč, vztrajnost ipd., se športniki, npr. poslužujejo tudi dopinga, ki pa sicer, v ekipnih športih ni pereč problem (Morente-Sanchez in Zabala, 2013). Torej vrhunski šport že v svoji osnovi krši vrednoto spoštovanja. Posamezni športniki sicer, kljub tej negativni osnovi vrhunskega športa, poskušajo uresničevati tudi ta del vrednote. Zanimivo je sicer, da so to redki, od vseh sodelujočih športnikov, sta samo dva športnika postavila zdravje kot najpomembnejšo vrednoto v športu (kljub temu da je sicer to od vseh sodelujočih športnikov ena najvišje ocenjenih vrednot na Muskovi lestvici vrednot), od tega ima eden za sabo že več težjih poškodb in nekaj operacij, drugi pa je bil nedavno poškodovan:

“Z leti sem začel poslušati svoje telo, vem do kam fizično.”

“Kasneje začneš bolj paziti na svoje telo, zdravje, veš da je kariera končna.”

“Bolj paziš na svoj počitek, hrano. Dobiš z leti večjo odgovornost do sebe.”

Drugi vidik, ki nam lahko pokaže neskladnost glede pojmovanja in uresničevanja vrednote spoštovanja, je pomoč tekmeču ob padcu. Največkrat ponudi en športnik drugemu roko in mu pomaga vstati, ob prekinitvah igre, in že to je pomembno sporočilo spoštovanja do drugega. Če pa se zgodi tekom igre, je to že izrazita fair play poteza. Take sicer ob teh intervjujih nismo našli, vendar pa je več športnikov izpostavilo pomembnost in lepoto tovrstne pomoči tudi ob prekinitvah.

“Normalno, pomagaš, glih tako je človek.”

“Se takrat dobro počutim, ker naredim nekaj dobrega za drugega, tudi če je moj tekmeč. Dobiš tudi nazaj spoštovanje od drugega, da si tudi kot osebnost na nivoju.”

Ob raziskovanju teh dejanj s športniki, pa smo ugotovili, da tudi to ni nekaj, kar bi bilo absolutno, ampak je lahko pogojeno, npr. s tem, kako vrednotijo tekmece, kakšno mnenje imajo o njem, kako doživljajo v tistem trenutku sebe in kakšna je tekmovalna situacija.

“Je pogosteje to, če je kdo ki ga poznam.”

“Če dam roko ali ne, je odvisno od tega, kaj se je zgodilo.”

“Če bi on meni kaj prej nardil, mu ne bi dal roke.”

“Včasih, sem bolj zaprt, sam s sabo, manj vidim druge, ponavadi, če mi nekaj ne uspe. Takrat je manj verjetno, da bi pomagal, ker niti ne vidim.”

Zaključimo lahko, da vsi sodelujoči športniki nedvomno jasno zavračajo namensko fizično poškodovanje drugega človeka, izven igre same. To je edina absolutna meja, ki jo lahko določimo na osnovi odgovorov, tako pri vrednoti neagresije kot pri drugih vrednotah. Sicer zavračajo tudi namensko fizično poškodovanje v igri, vendar pa se poslužujejo vedenj (glede na pregledane primere, so sicer ta vedno reakcija in ne začetno dejanje), ki lahko privedejo do poškodbe in vendar o tej možnosti niti ne razmišljajo. Ne zavedajo se, da je ob njihovem cilju zmagati prisoten tudi namen škodovati (tako kot to kaže tudi Coxov model; Cox, 1990 – glej Slika 3) in da se lahko ta namen izrazi v večji bolečini drugega človeka. O tem začnejo razmišljati šele, ko dejansko poškodujejo tekmece, kar lahko, tako kot je pri športniku, katerega primer smo navedli, pripelje do spremembe v športnem delovanju in v življenju izven športa. Ta športnik ima sedaj, vsaj v tekmovalnih situacijah, stalno kontrolo nad svojimi čustvi, zaradi strahu, da bi lahko ponovno komu naredil kaj podobnega, čeprav povsem nehote. Posledično je spremenil način igre in se takim situacijam izogiba. Še manj pa športniki razmišljajo o psihičnem poškodovanju in tovrstno agresivnost povsem sprejemajo kot del športa. Športniki, ki so sodelovali v raziskavi, se je sami ne poslužujejo, se pa ji poskušajo psihično prilagoditi tako, da nanje ne bi vplivala. Pri drugih športnih vrednotah pa ne moremo postaviti nobenega mejnika, saj kljub temu, da ob bolj splošnem pogovoru sprva zagovarjajo upoštevanje določene vrednote, pa se ob konkretnjših pregledih situacij pokaže, da te dejansko upoštevajo

zgolj ob določenih situacijah. To, da vrednotijo in presojujejo ob bolj teoretičnem pogovoru na drugačen način (npr. višjem moralnem nivoju), kot pa, ko se znajdejo v konkretni situaciji, je povsem skladno s teorijami moralnega odločanja, ki temeljijo na dejanskih življenjskih situacijah (npr. Haidt, 2013; Krebs in Denton, 2005). Ob racionalnem razmišljanju o določeni situaciji so odsotni številni pomembni dejavniki, ki vplivajo na odločanje v konkretnih situacijah. Tovrstno presojanje namreč ne vključuje čustvenih procesov in motivacijskih procesov, ki so povezani z zadovoljevanjem lastnih interesov, lahko pa težijo k vzpostavljanju socialne harmonije, ki pa je, kadar se mora posameznik odločiti v živi situaciji, drugačna (Tucker in Parks, 2001; Kavussanu, 2008; Corrion, Long, Smith, d'Aripe-Longueville, 2009). Ob teoretičnem razmisleku namreč posameznik upošteva več socialnih strani, kar se vidi tudi ob prvih odgovorih športnikov, ki so širše socialno sprejemljivi. Ob poglobljanju v konkretne situacije, ki so jih doživeli, pa se pokaže, da težijo predvsem k zadovoljevanju pričakovanj ožje skupine, ki ji pripadajo, torej njihove športne ekipe in da ignorirajo druge dele socialnega konteksta (razen, če ne igra v nasprotni ekipi njihov prijatelj, kar bomo obravnavali v nadaljevanju). Glede na to, kar so poročali športniki, lahko zaključimo, da na njihovo odločanje vplivajo predvsem: potreba po hitri odločitvi, čustveno stanje, športnikov jaz v povezavi s pričakovanji skupine, ki ji športnik pripada in kontekst. Vpliv teh dejavnikov bomo podrobneje pogledali v naslednjih podpoglavjih, z izjemo hitrosti odločitve. Vsi udeleženci raziskave so poročali, da so bila njihova dejanja reakcija na predhodno vedenje tekmeca, ki so ga ovrednotili kot krivičnega (reaktivna agresija). Vsi so se sicer odločili, da bodo odreagirali, ampak praktično nikoli (razen kadar je šlo za t.i. tehnične prekrške) niso vedeli, kakšna bo njihova reakcija in se torej niso zavedali niti njenih možnih posledic. Torej so bili to čustveni odzivi in ne v naprej načrtovana in/ali ponavljajoča dejanja, kot je npr. doping.

Vrhunski športniki torej dejanskega koncepta fair playa ne poznajo v celoti in ga večinoma enačijo z vrednotami, ki so najbližje njihovim izkušnjam in doživljanju v športnih situacijah, to je z neagresijo, spoštovanjem, pravičnostjo in enakopravnostjo. To nepoznavanje je nedvomno posledica nerazmišljanja o tej tematiki in posledično se tu kaže določena dvojnost. Mejo med dovoljenim in nedovoljenim poskušajo postaviti glede na namen njihovega vedenja, vendar pa to lahko naredijo zato, ker se določenega vidika svojega doživljanja ob agresivnosti, ki jo ocenjujejo kot sprejemljivo (t.i. instrumentalna

agresivnost) in morda tudi dobrodošlo, ne zavedajo. Namreč, ne zavedajo se, da je tudi v ozadju te, namen škoditi oz. sami to racionalizirajo s ciljem zmagati. To lahko počnejo, dokler se v takšnih situacijah ne naredi kaj bolj resnega, torej, dokler ne pride do večje psihične ali telesne poškodbe tekmeča.

5.3.2. V športu fair playa niti ni, ker vsak se bori za svoje

Te nizko postavljene in nekonsistentne meje nas pripeljejo do preučevanja, koliko je sploh fair playa v vrhunskem športu. Glede na zgornje ugotovitve, bi lahko sklepali, da ne veliko, tudi brez direktnih odgovorov športnikov, vendar pa športniki tudi direktno poročajo o tem:

“V športu ga niti ni, ker vsak se bori za svoje.”

“Ni fair playa, je pač šport, vsak se bori za svojo pozicijo. Se naučiš fint. Najprej jo naredi kdo na tebi, potem se naučiš in jo ti narediš na drugemu [op. a. npr. da v nekem časovno pomemben trenutku stopi tekmeču na prste, da ga zmede in izgubi koncentracijo za trenutek, da s tem pridobi prednost.]”

“Se nekaj spoštuje fair play, ampak kot ga pozdravljamo z raznimi rekviziti, zastavami je čisto nekaj drugega, kot pa si športniki predstavljamo, kot pa se dogaja na igrišču. Na koncu se boriš, da bi zmagal.”

“Kar je v igri se mora dogajati, eni trenerji celo pozdravljajo različne nepoštene poteze, tudi hlinjenje poškodb. Tudi mora biti.”

“Ti igraš svojo igro, za to si plačan.”

“Nekdo leži, mi gremo v protinapad, se ne smeš ustaviti. Kako bi to izgledalo navzven. Ni fair playa, vsak lovi svoje.”

“Saj je potreben, da bi bilo vse bolj pošteno, npr. da se da žogo v avt, potem jo ta vrne. Ali primeri, ko so eni dali gol, ko je bil tekmeč poškodovan, so potem drugi dali gol nazaj. To se dogaja, ampak redko, to so ekstremni primeri. Če sodnik poskrbi za red in bi moralo tako biti, potem se ne rabi fair playa.”

Kot kažejo izjave športnikov, je fair playa v vrhunskem športu zelo malo in da je predvsem vse podrejeno igri za zmago. Kar poznajo o tem konceptu, se jim sicer zdi teoretično v redu, ampak je precej odmaknjeno iz njihove realnosti (kategorija: zaznavanje uporabne vrednosti fair playa). Kot je povedal eden o športnikov, sodelujejo pri predstavitvi fair playa, vendar je tekma druga resničnost in med prvim in drugim ni prave povezanosti. Kar je tudi zanimivo je, da se nešportna in agresivna vedenja dogajajo tudi znotraj ekipe, na treningih in vsi sodelujoči so to doživeli tudi sami. Ob tem je pomembno opozoriti še na način odgovarjanja športnikov na to vprašanje, namreč pri večini so se pojavljale latence pri odgovarjanju oz. poročanju na to tematiko, česar pri drugih vprašanjih ni bilo ali vsaj ne tako tipično kot tu. Pri dveh športnikih se je na začetku pokazala tudi nejevoljnost.

Da bi lahko odgovorili na vprašanje o obstoju fair playa v vrhunskem športu, je smiselno pogledati tudi pozitiven vedenjski izraz tega. Noben od sodelujočih športnikov nima v svoji športni karieri kakšne situacije, ki bi izrazito kazala na fair play, kljub temu pa imajo praktično vsi veliko različnih situacij, ko so tekmeču pomagali, npr. so mu pomagali vstati in da so ustavili ali preprečili kakšen pretep oz. možnost tega in en športnik je pomagal drugemu ob močnejšem udarcu v prsni koš, tako da ga je raztegnil in je ta lahko zadihal. Smiselno pa je izpostaviti, da so bila vsa ta dejanja narejena ob takšnih in drugačnih prekinitvah igre.

“Ko nekdo pade, se ustaviš, mu daš roko, da ga dvigneš. Je gesta ne glede na to, ali imaš prednost ali ne.”

“Daš roko, se mi zdi samoumevno, niti ne dojemam tega kot del fair playa. Tako kot daš roko na koncu tekme. Ni, da bi mi kaj pomenilo, je avtomatično. ... Sem imel že toliko poškodb in ko vidiš nekoga, ki pade, se ustrašiš, da karkoli je, ne glede na to ali je tvoj soigralec ali ne. Da pa vidiš, da je nekdo na tleh, da je poškodovan, sploh če je

soigralec, je najprej skrb, iskanje neke zunanje pomoči, hm ... takrat sem čustveno vpleten. Najprej zaskrbljenost, skrb, kaj je bilo, kaj ne. Drugače dojemaš."

"Če je igralec padel na tla, sem mu dal roko, da vstane. Je bolj kot ena poštena poteza, pomagaš, glih tako je človek."

"Razen, če se zgodi, (da) nekaj, kar vem, da ga boli. Nekako si to res lahko predstavljam. Se je zgodilo, da sem šel v duel, je padel in mislim, kaj sem ga glih zadel notri [op.a. v prsni koš] in ga je zaprlo. Sem ga vprašal, če ga dvignem, iztegnem, pa je rekel ja, sem ga raztegnil in sem mu rekel, oprost."

Vsi tovrstni primeri dejanj, ki so jih športniki opisali, pa tudi vsa opisana dejanja, ki so na drugem polu, torej na polu ne-fair playa (z izjemo enega), so torej, avtomatična. Kot smo navedli že predhodno, jih opišejo kot spontane in, v primeru nešportnih dejanj, kot zelo hitre reakcije. Torej so vedenja narejena brez razmisleka, vendar kot pravijo športniki, se zavedajo, da so se v enem trenutku odločili to narediti. Torej ta kombinacija avtomatičnosti (neracionalnega odločanja) in namenskosti označuje vsa vedenja v kontekstu (ne)fair playa. Športniki so nad svojimi dejanji, ki so v nasprotju s fair playem presenečeni in povedo, da jim še sedaj (po npr. 15-ih letih od enega takšnega dejanja) ni jasno, zakaj so to naredili. Opisano kaže na predreflektivno odločanje športnikov ob tovrstnih dejanjih.

Da se bo lažje razumelo različna doživljanja in vedenja, o katerih so športniki poročali, je potrebno najprej spomniti, da lahko predreflektivne odločitve slonijo na instinktih ali na normativnih nagnjenjih (Crowe, 2011; Rogerson, Gottlieb, Handelsman, Knapp in Younggren, 2011). Prvi odražajo naravne biološke nagone, kot so lakota ali želja po pozitivnem čustvu, ki potekajo skozi predreflektiven fiziološki odgovor in določen zunanji odziv, ki je običajno naučen. Normativna nagnjenja pa so kompleksne človeške dispozicije, ki so naučene in odporne na spremembe. Podobne so instinktom, saj je oboje dispozicija za specifično vedenje ali pa za blokado določenega vedenja. Vendar pa imajo normativna nagnjenja, dodatno komponento, saj vključujejo poleg dispozicije za določeno vedenje tudi dispozicijo za prepričanje, da je potek določenega vedenja pomemben ali zahtevan.

Nekatera normativna nagnjenja odsevajo etične norme, druga pa pravila igre. Hkrati pa je zelo pomembno, kakšno in kako močno valenco ima posamezno nagnjenje. Tista, ki imajo močan vrednostni naboj nas prepričajo, da močno verjamemo, da se moramo vesti skladno z njimi, in da, če je potrebno, spremenimo ali zanemarimo naše druge dispozicije, tako da ohrani prioriteto dispozicija, ki ima za nas višjo vrednost. Ljudje stalno presojava o tem, katera dispozicija bi morala prevladati nad drugimi, in sicer se to dogaja na osnovi naših prepričanj o relativni normativni pomembnosti različnih potencialnih vedenj (Crowe, 2011).

Glede na poročila športnikov v raziskavi, lahko njihova dejanja, ki so skladnejša s fair playem, torej vedenja, kot je pomoč tekmeču, ko pade, razumemo kot normativna nagnjenja, ki odsevajo etične norme. Njihova dejanja, ki so najbolj nešportna, kot je, npr. namerni udarec tekmeča, pa kot odraz instinktov. Dejanja, ki so nešportna, vendar so med športniki in drugimi ožjimi udeleženci v športu (t.j. trenerji, funkcionarji) sprejeta kot normalna in lahko celo kot pomemben del športa, pa so včasih reflektivne odločitve, včasih pa ravno tako predreflektivne, ki pa slonijo na normativnih nagnjenjih značilnih za pravila posamezne igre, torej v tem primeru določene športne discipline. Če poskušamo razložiti najprej ta zadnja vedenja; kot športniki opisujejo se teh naučijo zavestno, torej da so sprva reflektirana dejanja, ki s časom postanejo predreflektivna. Ta proces učenja poteka, ali tako, da jim kdo to direktno reče in pokaže, npr. trenerji, ali iz izkušenj drugih športnikov, npr. da doživijo kakšno takšno grobo potezo na svoji koži in jo potem začnejo uporabljati še sami. Pomemben del učenja je tudi socialna okrepitev tovrstnih dejanj, predvsem s strani trenerjev in funkcionarjev, lahko tudi s strani sotekmovalcev. Ali kot pravi eden od športnikov:

“V karieri se naučiš odločiti za te situacije. ... Moraš parkrat v karieri imeti takšne situacije, da se znaš odločit. Eni to prej dojamajo eni kasneje, kdaj je tisti moment, ko to nardiš.”

Crowe (2011) pravi, da reflektivna vključitev v situacijo lahko pripelje do ponotranjenja znanja ali odnosa, ki oblikuje osnovo za prihodnje predreflektivno presojanje. Torej nekaj (v tem primeru vedenje), za kar se odločimo zavestno in ima za nas pozitivno in

pomembno vrednost, ponotranjimo in s tem postane isto vedenje avtomatično, torej predreflektivno.

Naslednji del pripovedi prikazuje, da se potem takšno vedenje obrne v predreflektivno:

“Delček sekunde, ko vidiš, da na drugačen način ne boš mogel rešiti te situacije in namensko tako odreagiraš. Nič ne razmišljam, samo misel, da ne dobimo gola. Ko se to zgodi, veš kaj sledi, se potem sprašuješ, koliko boš dobil eno tekmo al dve, tri [op.a. prepovedi nastopanja]. Takrat samo odreagiraš.”

Velja pa tudi obratno, da predreflektivni procesi omogočijo postavitev okvirja za prihodnje reakcije (Rogers idr., 2011), kot je že predhodno, podrobneje predstavljen primer z udarcem v glavo (str. 108). Glede na predstavljene primere, je jasno, da pri teh ne gre za etično normirano vedenje oz. nagnjenje (ne sledi kakršnikoli splošni etični vrednoti), ampak za vedenje, ki velja znotraj določene socialne strukture in kulture. Pokazatelj pomena slednjega, je tudi dejstvo, da bi bilo izven konteksta igre tovrstno vedenje močno negativno vrednoteno in lahko tudi formalno kaznovano.

Podobno lahko rečemo tudi za vedenja, ki so bližje fair playu. Tudi pri njih gre za predreflektivno odločanje (športniki poročajo, da je avtomatično), ki pa lahko sloni tako na etičnih kot na kontekstualno-socialnih nagnjenjih. Ta namreč vsebujejo splošno etično načelo, kot je, npr. pomoč drugemu, spoštovanje drugega, vendar pa je to hkrati tudi vedenje, ki je spodbujano v športnih situacijah, v primeru, da ne ogroža rezultata. Posledično lahko razločujemo med tem za katere vrste nagnjenja gre, zgolj posamično, ne moremo pa generalizirati na vse situacije. Kar je pri teh situacijah še razvidno je, da v osnovi nimajo močne vrednosti, vsaj ne v primerjavi z močjo vrednosti zmage, saj ob konfliktnosti interesov, vedno prevlada slednja. Izjema je, pa še to ne pri vseh športnih disciplinah in ne pri vseh športnikih, situacija, v kateri pride do poškodbe športnika (tudi tekmeča). Kot kažejo odgovori je to najbolj povezano z vrednoto zdravja. Ta običajno prevlada pri športnikih, ki so sami imeli več poškodb ali pa kakšno nedavno poškodbo. Ob tem, ko vidijo poškodovanega tekmeča nekoliko podoživijo tudi občutke ob svoji poškodbi/poškodbah, ob čemer se jim sprožijo močnejša čustva. Glede na opis doživljanja bi lahko sklepali, da takrat predreflektivno odločanje začne delovati na instinktivni osnovi

in ne več na (etični) nagnjenosti (primeri za to so podani že zgoraj). Iz intervjujev je razvidno, da je vedenje, pri katerem ni bilo resnično vprašljivo zdravje športnika, precej nečustveno, medtem ko so v primerih jasne ogroženosti zdravja, čustva močna in pomembna. To lahko obrazložimo z interpretacijo Crowa (2011) ki navaja, da se normativno nagnjenje izraža tako v posameznikovem vedenju kot v njegovem prepričanju in da se lahko oboje spremeni, če je posameznik konfrontiran s konkurenčnimi motivacijskimi ali epistemološkimi faktorji v situaciji. Ti lahko poudarijo pomembnost druge dispozicije, kar potem pretehta k drugemu vedenju. Lahko pa se jih modificira tudi z zavestno odločitvijo, ki sproži drugo predreflektivno motivacijo.

V primeru situacij, ki so izraziteje nešportne, pa lahko (če so na predreflektivnem nivoju) govorimo o instinktivnih predreflektivnih odločitvah. Te so namreč izjemno hitre, v vseh pridobljenih primerih, so to reakcije na predhodno negativno zaznano vedenje tekmeca in imajo močan čustven naboj, ki je največkrat vezan na pomembno zmanjšan občutek varnosti.

“Njemu je spodrsnilo in me je udaril v ustnico, on je šel v mojo desno, jaz pa sem se obrnil, jaz sem tako naredil in sem ga z roko udaril po glavi in je on padel dol. Sem bil jezen, ker me je udaril, sem bil prepričan, da me je namensko udaril. Drugih občutkov razne bolečine niti ni. Še sedaj se ne zavedam, da sem ga hotel prav udariti, se ne zavedam, da bi si takrat kaj rekel, sedaj ga bom pa z roko, ga bom udaril ... ne vem, enostavno je bila roka na njegovi glavi.”

“Imaš živalski nagon in eno odgovornost, da moraš nekaj narediti, ker se je zgodila krivica [op.a. kolegu iz ekipe].”

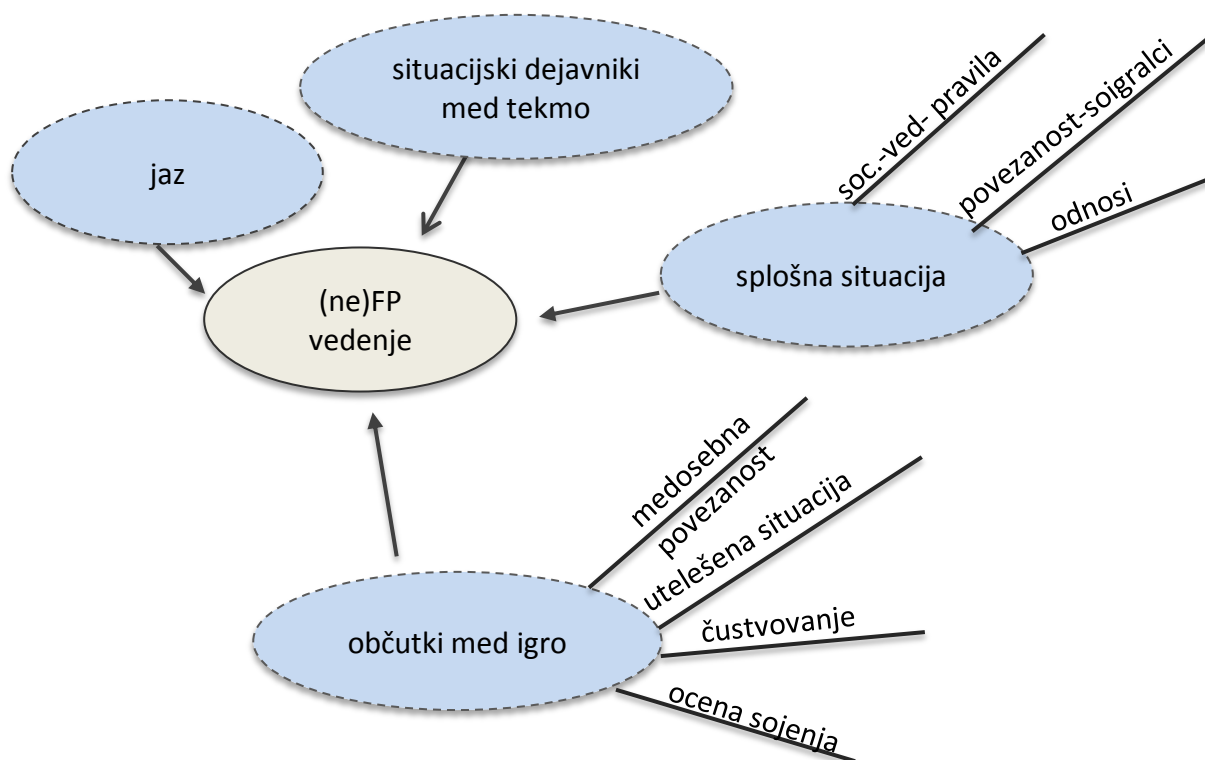
Iz navedenega primera je jasno razvidno, da gre za predreflektiven proces in odločitev ter da so prisotna močnejša čustva, ki so se pojavila ob občutku bolečine. Podoben princip velja tudi pri ostalih primerih. Raziskave Haidta in drugih kažejo, da intuitivno odločanje bazira na čustvih (kar je razvidno tudi iz naših primerov) in je tako pod močnim vplivom nihanj v razpoloženju (Haidt, 2001, 2007; Bastick, 1982; Rogers idr., 2011). Glede na zgoraj predstavljen primer, je ustrezno, da izpostavimo še eno značilnost

predreflektivnega odločanja in to je, da je to precej podvrženo potencialnim napakam v presojanju. Te so narejene na osnovi tega, da se napačno identificira in napačno aplicira pomembne razloge za nastalo situacijo, ali zaradi tega ker se pretirano privilegira čustva ali zaradi drugih vrst napak v zaznavi ali procesiranju informacij v situaciji (Bastick, 1982; Kahnemann, 2016). Pravilnost predreflektivnega odločanja je odvisna od inputa (naučenih vedenj in spretnosti), presoje (zaznave in vzorcev prepoznave) in produkcije (odločitev ali vedenj). Če je katerikoli od teh treh elementov oškodovan, bo to vplivalo na zanesljivost procesa kot celote (Haidt, 2013; Kahnemann, 2016). V predstavljeni situaciji je torej šlo za napako v procesu presoje, saj je športnik napačno interpretiral namen tekmečevega vedenja.

Ti primeri kažejo kako lahko procesi mišljenja in odločanja vplivajo na izraz posamezne vrednote. Kot smo pokazali, je za nešportna vedenja ključno predreflektivno odločanje, ki je hitro, bazira na čustvih, intuiciji in je pogosteje podvrženo napačnim interpretacijam dane situacije.

Kot smo že zapisali, vrhunski športniki načeloma podpirajo koncept fair playa (kolikor ga poznajo) in menijo, da gre za dobro idejo, ki pa nima prave uporabnosti na igrišču. Vendar pa to ne pomeni, da je njihovo vedenje med igro brez etičnega kompasa, saj večina deluje v skladu z imperativom "ne poškoduj". Vendar se ne zavedajo svojega pomanjkljivega izvajanja tega imperativa, zlasti ne ob konfliktnosti interesov, kjer je prevladujoč motiv zmage. Poleg tega svoj nivo agresivnosti do drugih usmerjajo glede na presojo tekmečevega namena (predvsem ocene namenskosti) za določeno vedenje, ki jih je sprovciralo in to presojanje poteka predreflektivno. Tovrstno vedenje se do določene mere pokriva z vedenjem, ki ga pripisujejo fair playu, kljub različnim konceptualnim osnovam.

5.4. Fair play kot se kaže v vedenju



Slika 7. Shematičen prikaz analize rezultatov o doživljanju v fair play situacijah (NVivo). Predstavljeni so glavni dejavniki, ki vplivajo na moralnost vedenja v tekmovalni situaciji.

5.4.1. Ključni dejavniki, ki vplivajo na (ne)fair play vedenje

Že skozi prikazane primere je razvidno, da vplivajo na odločitev za (ne)fair play vedenje zelo različni dejavniki in v nadaljevanju bomo pogledali, kateri dejavniki so se skozi kvalitativno analizo izkristalizirali kot pomembni.

5.4.1.1. Kar izbruhnilo je v meni

Čustva so verjetno najpomembnejši dejavnik, ki vpliva na to, da športnik naredi ali ne naredi neko vedenje, ki je v nasprotju s fair playem oz. vedenje, ki je skladno s fair playem. V primeru nefair play vedenj oz. bolje rečeno reakcij, je povsod prisotno čustvo jeze.

“Sem bil jezen, ker me je udaril, sem bil prepričan, da me je namensko udaril... Je naval adrenalina, jeze, jeza je v sebi, v prsih, naval energije, gre gor iz nog, gor po celem telesu, bolj še v rokah čutim, kot neko ščemenje. Bil adrenalin, bolečina, želja po uspehu. V tistem momentu kot ena manjvrednost, kot da bi te nekdo poniževal, če te je namerno udaril. ... Tista bolečina je prevagala, da sem naredil takšno zadevo.”

“Čez cel trening sva se s tem soigralcem nekaj besedno bočkala. Sem ga enkrat ponesreči udaril in mi je on rekel, da kaj delam. Potem pa sem ga zares s kolenom direktno v jajca. Sem bil jezen, ker me je obtožil po nedolžnem.”

“Prizadelo me je, ker je tisti ignoriral stvar. Je prizadelo to spoštovanje do soigralca in do mene. Ko sem videl, da se noče tepsti in se je obrnil, je bilo to zame kot ena stvar, ki se je ne naredi, ne sprejemanje mojih pričakovanj, da bo sprejel odgovornost. Je potem to izbruhnilo v meni.”

“Sem imel black out, se mi je jeza, energija dvignila. Bila je tisočinka sekunde, samo reakcija.”

“Mi je bila to pika na i, ker nisem bil na treningu na nivoju kot bi hotel. Sem bil jezen nanj. In kot neko razočaranje nad sabo. Bila je prevelika tekmovalnost glede na trening, ni bilo več zdravo, bilo je že na riziko [op.a. za zdravje]. Je bilo preveč čustveno... Jezo sem čutil kot višek energije, potem avtomatično eksplodiral [op.a. verbalno], se sploh ne morem umiriti v takšnem.”

“Eni te hočejo onemogočiti, da prideš kakorkoli mimo, tudi če nimaš žoge – spotkaniti ali kaj podobnega. Sem bil zelo jezen zaradi tega. Je trajalo celo tekmo. Se trudiš, potem pa en tako naredi. Bil sem zelo jezen. Nisem pa mu nič rekel, sem prekinjal v glavi. Sem si mislil »kako lahko to naredi, kako je lahko tako smotan«.”

Ob tem, da je v vseh teh situacijah, razvidna prisotnost jeze, pa nas še dodatno zanima, kako pride do takšnega čustvenega odziva, kaj vpliva na to, da ta sploh nastane, saj lahko šele s tem morda uspemo razumeti doživljanje in posledična dejanja športnika. Pri vseh

primerih se pred nastopom jeze kaže določena frustracija, ki je povezana s kršitvami športnikovih pričakovanj (kategorija: prepričanja o socialno vedenjskih pravilih). Kot smo navedli že v teoretičnem delu, se jeza pojavi, kadar posameznik poskuša odstraniti izvor škode, ki vpliva nanj in/ali kadar se posamezniku zdi, da so kršene njegove pravice ter želi s svojim vedenjem postaviti meje svojega jaza in/ali spremeniti vedenje drugega, da bo skladno z njegovimi pričakovanji (Milivojević, 2008; Woodman idr., 2009). Pri teh pa je zanimivo, da se precej razlikujejo od posameznika do posameznika, torej, da ni enotnega pričakovanja, ob kršitvi katerega bi se pri vseh sprožila jeza. Pri vseh športnikih v raziskavi, se jeza pojavi ob zaznavi oz. interpretaciji, da je bil drugi športnik namenoma agresiven do njih ali njihovega člana ekipe, na način, ki ni bil potreben v dani situaciji.

Eden od dejavnikov, ki lahko vplivajo, da je čustvena reakcija v takšni situaciji večja, je občutek šoka, ki se, npr. pojavi, kadar je športnik povsem skoncentriran na en element igre (npr. žogo) in ga nenaden grob stik s tekmečem povsem preseneti in vrže iz koncentracije.

“Takrat nisem vedel kaj se dogaja, ker sem bil bolj fokusiran na žogo. Če bi bil bolj fokusiran na igralca, bi videl kaj se je zgodilo in ne bi tako odreagiral, ker ne bi mislil, da me je namerno udaril. Ker pa se je naenkrat zgodilo, je bil šok.”

“Je šel direktno vame, s telesom, od strani zadaj, me je kar naenkrat zmanjkalo, nisem niti pričakoval kaj takega, ga nisem niti videl. Sem samo gledal žogo, da bi jo ujel.”

Če športnik pričakuje udarec oz. bolj grob telesni stik, se lahko na tega tudi ustrezno telesno pripravi, tako da zmanjša moč stika in v primeru padca, ustrezno pade, tako da minimalizira bolečino in se izogne poškodbi. Medtem ko, če takšnega stika ne pričakuje, se ne more ustrezno pripraviti in je bolečina običajno večja. Večina športnikov poroča, da je bila njihova reakcija odziv na nepričakovano bolečino in torej skrbjo za svoje zdravje, ki pa je v vseh podanih primerih, kombinirana z občutki, ki se bolj del osebne pozicije jaza, npr. občutkom ponižanja, manjvrednosti, nespoštovanja ali onemogočanja izboljšave spretnosti. Lahko pa je tovrstna reakcija posledica izključno športnikove podobe sebe, ki je v neki situaciji izzvana oz. delno zanikana (kategorija: jaz, ki sledi podrobneje v

nadaljevanju). Torej vidimo, da je eden pomembnih dejavnikov, ki sprožijo nefair vedenje, želja po obrambi jaza.

Milivojević (2008) zanimivo loči med socializirano in nesocializirano jezo, za slednjo je značilno, da se sproži pri posamezniku, kadar ocenjuje, da izpolnitev neke njegove želje ogroža nekdo, ki je slabši od njega. Ob tem se čuti močnega, da slabšega prisili k spremembi vedenja. Pri socializirani jezi pa se kontekstualen sprožilec premakne iz občutka borbe za svojo moč na občutek borbe za svojo pravico. Pri športnikih je razvidno, da gre za socializirano jezo in celo ocena, da gre za šibkejšega nasprotnika, omogoči večjo tolerantnost tudi do bolečine, ki jo ta povzroči drugemu. Hkrati to tudi kaže, kako pomemben je za fair play športnikov jaz oz. njegova ocena sebe v določeni situaciji, zlasti glede na oceno svoje socialne pozicije.

"Me je eden s komolcem, sem vedel, da me je namerno udaril. Sem skočil, ampak sem se umiril. Sem vedel, da ne bi nič dosegel s tem, bi samo dobil kazen. Sem čisto drugače odreagiral, pa je bila bolečina večja kot v ...[op.a. v primeru, ko je naredil nefair play dejanje in je tekmeca udaril]. On je to naredil iz nemoči, na nekem podlem nivoju."

"Je tudi drugače, če mi celo tekmo nagaja nekdo, ki vem, da je slabši od mene. Za tega v ..., vem, da je dober igralec, fizično močan. Presodim, da tisti dela iz nemoči, ta pa je dovolj močan, mi je enakovreden, v nekih situacijah boljši, pa gre na takšen način. Ima znanje, vse ima, ve kaj se lahko, kaj se ne sme. Vem, da me lahko ustavi, ne rabi delati takšnih stvari."

Poleg tega pa vidimo, iz opisov, da se čustvo jeze pokaže tudi skozi močan telesni odziv. Športniki ga opisujejo kot dodaten naval energije, pogosto da občutek večje telesne moči (Milivojević, 2008), spremljata pa jo še povišan srčni utrip in višji krvni pritisk (Hanin, 2000). Posledično je lahko telesna reakcija do kršitelja močnejša kot bi bila brez prisotnosti jeze, saj je ob takšnih močnih čustvih, kontrola lahko slabša, lahko pa jo športnik tudi povsem izgubi (Andersen in Tod, 2005). Raziskav, ki bi odkrivale, kaj vpliva na intenzivnost izraza jeze poleg osebnostne strukture, ni veliko in tako tudi teh dejavnikov ne poznamo dobro. Jasno je zgolj, da je lahko povezano s količino napora, ki jo

športnik vloži v aktivnost (Hanin, 2000). Za razumevanje reakcij ob jezi, je pomembno zavedati se, da ima jeza, tako kot vsako čustvo, tudi kognitivno komponento in močna jeza običajno poslabša sposobnost koncentracije, odločanja in procesiranja informacij.

Na možnost pojava nešportnega vedenja, lahko pomembno vpliva tudi predhodno splošno počutje športnika, saj se ob slabšem počutju lahko športnik hitreje sprovcira in posledično hitreje agresivno odreagira. Tudi Andersen in Tod (2005) navajata, da je posameznik, ki gre skozi osebno težje ali čustveno bolj obremenjujoče obdobje, običajno manj sposoben kontrole jeze in agresivnosti.

“Kadar je večja utrujenost, sem bolj razdražljiv. Če nisem dovolj naspan, me vse zmoti. Kakšno tekmo si lahko čisto miren, včasih pa takoj eksplodiraš, niti ne vem zakaj.”

5.4.1.2. Doživljanje stanja odnosov v življenjskih situacijah

Kot smo predhodno pokazali so za nešportno vedenje ključna pričakovanja (kategorija: prepričanja o socialno vedenjskih pravilih), ki lahko sprožijo čustvo, kot je jeza, na osnovi katerega športnik manj kontrolirano odreagira, lahko tudi agresivno. Že iz nekaterih zgoraj navedenih citatov, pa je razvidno, da na ta pričakovanja močno vplivajo tudi drugi ljudje v okolici športnika. Pomembni so tako odnosi z domačimi in prijatelji, kot odnosi, ki se formirajo v ožjem, športnem krogu, tj. odnos s trenerjem, s sotekmovalci znotraj ekipe in s tekmeci. Najprej se bomo osredotočili na močnejše odnose, ki so običajno tudi dlje trajajoči.

5.4.1.2.1. Narediš kar ti trener reče

Kot je razvidno že iz predhodno navedenega, lahko trenerji direktno spodbujajo agresivno vedenje in športniki imajo tendenco temu slediti. Običajno sicer pri tem ne pride do resnično nasilnega vedenja, ampak do kršitev, ki so agresivne ter kršijo športni duh in tudi pravila, vendar se jih lahko prikrije pred sodniki. Takšni primeri so umazana, groba igra, t.i. tehnični prekrški, simulacije, provokativen govor ipd. Ob tovrstnih dejanjih imajo športniki občutek, da dajejo v ospredje ekipo in ne sebe, saj je npr. tekmovalec, ki naredi namenski prekršek za rdeči karton (športniki ga celo poimenujejo “športni karton”), izključen tisto

tekmo in običajno še vsaj eno naslednjo, vendar lahko s tovrstnim prekrškom prepreči skoraj gotov gol.

“Mene so takrat trenerji in ostali funkcionarji pohvalili. Ko sem dobil rdeč karton, sem bil vesel, ker sem zrelo odreagiral in se ni tekma izgubila.”

“Pravila izven formalnih so lahko ta taktična, da to narediš, kar ti trener reče. Lahko narediš vse, če te sodnik ne vidi, največkrat je to simulacija favla ali da greš tako agresivno, da se tekmelec sprovcira.”

“V svoji ekipi je to videti kot pozitivno, ker narediš nekaj pozitivnega za ekipo. Včasih tudi trener reče, naredite dva groba favla na njemu, se bo sprovciral in ne bo mogel več igrati.”

“Pravila izven formalnih so lahko te taktične finte, da to narediš, kar ti trener reče.”

Po drugi strani pa lahko trener z ustrezno pripravo športnikov, prepreči oz. pomembno zmanjša možnost nešportnega vedenja.

“Če trener opozori, da je ekipa bolj agresivna, ne bom odreagiral. Če se plan naredi, da se ne odgovarja, bo tudi trener zadovoljen, da se ne odreagira.”

“Trener opozori že vnaprej na kakšnega igralca, pa si rečeš, ah, ti kar delaj. Da vem kakšen igralec je, da to namerno dela, mi je potem vseeno. Včasih preberem igralca, da me hoče sprovcirati in se običajno ne pustim.”

Praktično vsi športniki opisujejo vlogo trenerja kot najpomembnejšo. Ta lahko združi ekipo, da se čutijo vsi športniki sprejeti in enakovredni, da so motivirani za razvijanje svojih sposobnosti. Zanje je pomembno, da se počutijo sproščene ob trenerju, da mu lahko zaupajo, da jih bo znal dvigniti, tudi ko ne bodo v dobri formi. Menijo tudi, da je trener tisti, ki zgradi ekipo, zlasti če gre za skupino posameznikov, ki so večji individualisti.

Če se v ekipi počutijo dobro, potem je večja verjetnost, da bodo igrali športno, pa hkrati imeli maksimalno motivacijo in tekmovalnost.

“Če je zaupanje v trenerja, lažje igram, če te spodbuja tudi, ko narediš napako.”

“Kar me je motilo, da se nisem počutil cenjenega s strani trenerja. Bi rabil nekaj njegove potrditve.”

“Ekipa funkcionira, če imaš lahko demokratičen odnos, tudi do trenerja. Da svobodno poveš, če neke akcije ne razumeš, da ti nekaj ni všeč, pa da se ne bo počutil ogroženega zaradi tega. Rabim upoštevanje, enakovrednost, demokratičnost.”

“Najboljše funkcionira ta odnos, ko zna trener res izrabiti vse igralce, da se zna prilagoditi ekipi ne samo furati svoj pogled.”

Trener je v športnikovem življenju izredno pomembna osebnost, tudi ker z njim preživi veliko svojega časa. Odnos sam in kvaliteta odnosa med trenerjem in športnikom je kompleksna stvar, saj nanj vplivajo številni dejavniki, tako z vidika športnika, kot trenerja, njune interakcije ter situacije (Jowett, 2007). Kakšna je kvaliteta odnosa se najbolj pokaže v kriznih situacijah. Takrat, ko je športnik psihično obremenjen, dvomi o sebi in potrebuje nekoga, ki mu lahko zaupa, ki ga ceni in verjame v njegovo pomoč (Jowett, 2007). Osebnost trenerja naj bi bil najpomembnejši dejavnik, ki vpliva na ustreznost odziva v tovrstnih situacijah kot tudi na splošnejše vzpostavljanje zdrave avtoritete. To pomeni, da temelji trenerjevo funkcioniranje na pozitivnih človeških delovnih kvalitetah ter sposobnosti vodenja. Značilnosti take avtoritete so: načelnost, prilagodljivost, odločnost, čvrstost, toleranca, iniciativnost in eden najpomembnejših faktorjev za vodenje, sposobnost za sodelovanje (Paranosić in Lazarević, 1975). Martens (1990) pravi, da je za trenerja najtežje postaviti klimo v ekipi, ki omogoča stalno učenje, ne samo telesnih znanj, spretnosti in taktike, temveč tudi učenje spoprijemanja s stresom, s hitrimi spremembami in vzdrževanje koncentracije. Tovrstna pozitivna socialna klima v ekipi, vpliva tudi na izboljšanje motivacije športnikov. Narava vodenja športne skupine je taka, da so v ospredju socialni odnosi, kateri se neposredno odražajo v motivaciji cele skupine.

Mackenzie (2002) piše, da se trener pri svojem delu srečuje z različnimi vlogami in področji, ki jih mora pokrivati, tako je: motivator, svetovalec, ocenjevalec, demonstrator, mentor, organizator, marsikdaj tudi voznik in večkrat tudi prijatelj. Večji del teh vlog je že združenih v vlogi vodje. Trener kot vodja vpliva na ekipo tako, da postavi znotraj te strukturo in pravila delovanja, kar hkrati že predstavi tudi cilje ekipe in ponuja različne možnosti (odvisno od stilov vodenja) za postavljanje individualnih ciljev (Mackenzie, 2002).

Trener je torej eden ključnih dejavnikov, ki vpliva na izraz fair playa in večinoma na tega vpliva preko klime, ki jo vzpostavi v ekipi in pravil delovanja. Kar se tiče prvega dela, je pomembno, kako športnik zaznava svojo vlogo v ekipi, ali čuti, da ga trener sprejema, ga spodbuja in pohvali (Smith, 1977; po Hanin, 2000), mu daje pomembno vlogo v ekipi, v kateri se čuti varnega. V okviru pravil delovanja pa je pomembna njegova podpora in nagrajevanje agresivnih vedenj ali celo siljenje športnikov v tovrstna dejanja, da lahko ostanejo v ekipi (Isberg, 1987; Hanin, 2000). Raziskave so tudi pokazale, da verbalna agresivnost trenerja do svojih športnikov v ekipi zmanjšuje notranjo motivacijo in povečuje občutek zunanje regulacije, torej športniki, ob takšnih ekipah izgubljajo sebe in se trudijo ustreči trenerju, s čimer pa se povečuje njihov občutek odtujenosti in zmanjšuje zadovoljstvo (Bekiari, Perkos in Gerodimos, 2015).

5.4.1.2.2. Moraš imeti tudi življenje izven svojega športa

Iz podanih primerov je že jasno, da na športnikovo doživljanje športne situacije vplivajo, poleg že navedenih odnosov, še drugi. Med njimi so najpomembnejši najbližji, kot je družina, vendar pa je pomembno tudi celotno okolje športnika. Športniki poudarjajo, da so se skozi svoje izkušnje igranja v tujini naučili, kako pomembno je imeti ožjo družino blizu, kako pomembno je imeti prijatelje, ki niso soigralci iz kluba in morda tudi takšne, ki niso vezani na šport. Poleg tega izpostavljajo tudi, kako pomembno je imeti še druge stvari in zanimanja v življenju, ki niso del športa, da lahko s pomočjo teh lažje odklopijo športne dogodke in se posledično lažje sprostijo ter vzdržujejo ustrezno motivacijo za šport. V nadaljevanju podajamo samo nekaj primerov za vsakega od odnosov, ki se je skozi intervjuje še pokazal za pomembnega.

Družina

Športniki imajo podobne težave v odnosih, tako kot drugi ljudje. Nekatere težave pa so lahko za športnike bolj specifične in hkrati sorodne z drugimi zvezdniki, ki so se posvetili določeni zahtevni aktivnosti, pri katerih njihov partner ni vključen (Andersen in Tod, 2005). Mnogi športniki morajo biti dlje časa proč od družine in prijateljev. Ta odsotnost lahko povzroči občutke osamljenosti, anksioznost in depresivnost, tako pri športnikih kot pri družinskih članih. Lahko se pojavijo konflikti v odnosu ali strah in sumničavost, ki se izrazijo v slabši športni izvedbi, povečani jezi in agresiji ter na številne druge načine (Andersen in Tod, 2005). Enako poročajo športniki sami in ugotavljajo, da so bili bolj agresivni v okoljih, kjer niso imeli družine blizu. Športna literatura se sicer glede preučevanja vpliva odnosom družine in prijateljev na športnike bolj osredotoča na mlade športnike, tako da o teh relacijah ni veliko znanega. Kar pa opažajo športniki v naši raziskavi je, da so takrat, ko niso bili skupaj z družino, imeli tudi bolj ciljno motivacijo in so čutili več pritiska na svoje športno udejstvovanje, bilo je pomembno, da so uspešni in da s tem opravičijo svojo odsotnost od doma.

“Mogoče je bilo tudi zame drugače, ker sem bil tam brez družine, je bila žena doma, sem imel samo svoj šport¹⁰, 24 ur na dan.”

“Če smo skupaj ali igram doma, sem isto profesionalec, ampak grem zvečer domov, sem bolj miren in se ne čutim tako kot številka.”

Poleg tega so športniki tudi na vprašalniku vrednot postavili družinsko slogo in srečo na drugo mesto ($M=95,36$; $SD=8,39$) med vsemi merjenimi vrednotami, takoj za zdravje ($M=99,10$; $SD=3,01$). To dodatno potrjuje koliko jim je pomembna osebna in intimna bližina v življenju.

Prijatelji

Podobno kot velja za družino velja tudi za prijatelje; so pomemben del športnikovega življenja, in mu na nek način omogočajo normalno funkcioniranje, ne samo izven športa,

¹⁰ V tem sklopu je v večih primerih športnikov dejanski šport, o katerem govori, nadomeščen z besedno frazo »moj šport« oz. ustrezno slovnično obliko le-te. To je zaradi večje zaščite zasebnosti športnikov, ki so sodelovali v raziskavi.

ampak tudi v športu. Športno udejstvovanje sicer omogoča spoznavanje vedno novih ljudi, tako iz področja športa kot izven tega. Hkrati pa zaradi pogostih selitev ta prijateljstva težje vzdržujejo in posledično so prijateljstva, ki so dlje trajajoča in globlja, še toliko bolj pomembna. Športniki poročajo, da je sicer lepo, če imajo prijatelje iz istega športa, vendar pa da se počutijo bolje, če imajo prijatelje iz drugih športov ali povsem izven športne sfere. Prijatelji jim namreč omogočajo sprostitev po napornih treningih, odklop od stalnega ukvarjanja in morebitne prenasičenosti od športa ter širitev lastnih obzorij in interesov. Tako prijatelji kot družina pomagajo pri ohranjanju športnikovega psihičnega zdravja in hkrati omogočajo vzdrževanje bolj stalne motivacije za športno udejstvovanje. Preko možnosti preklopa na druge vsebine in področja življenja namreč zmanjšujejo možnost prenasičenosti. Raziskave glede prijateljstev se osredotočajo predvsem na mlade športnike in vpliv vrstniških skupin za vključevanje in vztrajanje v športu ter na pomen socializacije v mladih letih. Odrasle športnike tovrstne raziskave zopet izpuščajo, tako da naših ugotovitev ne moremo primerjati z ustreznimi strokovnimi ugotovitvami drugih.

“Če so stvari okrog mojega športa v redu je vse lažje, npr. da sem imel kolege izven mojega športa, lahko potem odklopim.”

“Moraš imeti tudi življenje izven svojega športa, dobivaš nekaj pozitivnega tudi drugje.”

“Prek športa spoznaš ljudi, ki nimajo veze s športom, ti razširijo pogled na življenje.”

Športniki torej potrebujejo svoj stalen in stabilen krog prijateljev, saj ti pomagajo športnika uravnovesiti in mu preusmeriti pozornost iz športa kadar je to potrebno. Tudi prijateljstvo je ena višjih ocenjenih vrednot ($M=87,72$; $SD=14,16$) športnikov udeleženih v raziskavi.

5.4.1.3. *Mi je bil kot en objekt, ovira / Ravno tako je človek*

Športnikova reakcija na vedenje drugega športnika je zelo odvisna od tega, kako zaznava svojega tekmeca¹¹. Od tega je odvisno oblikovanje njegovih pričakovanj in posledično čustev ter vedenja. V okviru zaznave tekmeca je najprej vprašanje, ali je ta za športnika pomemben ali ne. Že iz te pozicije imamo dve možni nadaljevanji; bolj blage reakcije na tekmečevo vedenje in hkrati bolj dobronamerna čustva ali bolj grobe reakcije in intenzivnejšo čustveno prizadetost. Do prvega možnega izhoda, torej blažjih vedenjskih reakcij, pride, kadar športnik pojmuje tekmeca kot prijatelja in se posledično počuti varnega, ne glede na telesni kontakt. Kot poročajo športniki, vedo, da jim športnik, ki jim je prijatelj, ne bi nikoli hotel narediti nič slabega. Najbolj pogosto je to, kadar reprezentančni kolegi igrajo drug proti drugemu v klubskih tekmah (kategorija: zaznava odnosa s tekmecem).

“Če igralca poznaš, je bolj ego naboj, kdo bo boljši, kdo se bo bolj dokazal ... Sem do njega celo bolj grob, sem ga celo tekmo ščipal, pa ni ene besede rekel. Ampak jaz sem ga ščipal, on pa me je enkrat s komolcem. Je naboj, želja po uspehu. V tem primeru poznam človeka, njegovo osebnost, življenjsko zgodbo. Tu je igra, je groba igra, na profesionalnem nivoju, ampak igra, ni borba.”

“Oba sva bolj petelina. Se poznavata, oba sva veliko dala čez. Ga vidim kot prijatelja, ki ga hočem premagati. Si pustiva bolj grobo igro, ker je v okviru profesionalizma in ni namere si škoditi. Vem, da me ne bi poškodoval. Čutim, da sva prijatelja, ker mi je nekako blizu, ga čutim bolj toplo. On je zame nasprotnik in ne sovražnik, bi mu pa hotel dokazati, da sem boljši od njega.”

“Vem, kako se obnaša. Vem, da mi ne bi kaj slabega naredil, se počutim varnega.”

“Ko igram proti nasprotniku, s katerim sva si dobra, vmes pokomentirava kakšno situacijo, kakšnega igralca. Tu se energija ne kopiči, je akcija 100%, potem ko ni žoge, se razbremeni, se energija malo razbremeni. [op.a. s tem športnik opiše razliko med

¹¹ Kot je razvidno iz primerov, tu ne pojmuje kot tekmeca le člana druge ekipe, ampak se v tem primeru pojmuje kot tekmelec tudi športnik iste ekipe, ki je v določeni situaciji, npr. trening tekmi, postavljen v to pozicijo.

svojim športnim in nešportnim vedenjem, ker se ob nešportnemu vedenju, ki ga je naredil, energija znotraj njega kopiči in s tem tudi agresivnost.]”

“Pogosteje čutim povezavo s tekmečem, če je kdo ki ga poznam. Tudi, če bi se mi zdelo, da je nekaj namerno naredil, bi vedel, da ni namerno. Med tekmo sicer ni prijateljstva. Med tekmo ne zaznam, da je kdo, ki mi je blizu, samo, če je prekinitev. V tistem trenutku, ko igram, ne pomislim, aha, on me krije. Če je prekinitev, pa kaj komentiramo.”

“Če mi naredi kdo kaj podobnega [op.a. kaj agresivnega] in ga bolj poznam, pa je v žaru igre, povem nazaj, se skregam. Drugače sem pa tiho.”

Med športniki so sicer razvidne razlike v času, kontinuiteti ter intenzivnosti zavedanja, da je tekmeč tudi prijatelj. Nekateri se to zavedajo čez celotno tekmo, nekateri pa predvsem ob različnih prekinitvah, v samih akcijah pa ne. Morda je to odvisno tudi od tega kako dober prijatelj je tekmeč izven športnega življenja, vendar pa te domneve nismo posebej preverjali, tako da je ne moremo z zanesljivostjo potrditi.

Gledano z vedenjskega vidika imajo torej športniki do tekmecev, s katerimi čutijo določeno povezanost, pozitiven odnos in posledično njihova dejanja, pa čeprav so lahko fizično groba, presojujejo kot športno tekmovalna, kot zdravo tekmovalnost med dvema človekoma, ki se dovolj poznata, da bosta vsaj okvirno zaščitila drug drugega. Pri tem je zanimivo, da praktično vsi športniki, ki so se poglobili v doživljanje kakšne športne tekmovalne situacije, v kateri so bili s tekmečem-prijateljem, v neki točki, začeli govoriti v dvojini, in ne več v edini, kar se ob poglobljanju v situacije, v katerih je bil prisoten samo tekmovalen naboj, brez prijateljskega, ni zgodilo.

Po drugi strani pa so poročanja športnikov pokazala, da je lahko reakcija na tekmeča, ki je prijatelj oz. dober kolega, lahko tudi bolj intenzivna in bolj agresivna. Torej obstaja tudi možnost, da športnik dobro pozna tekmeča in mu je ta tudi blizu ali mu je celo pomemben, pa nanj odreagira z agresivnostjo. Glede na naše rezultate lahko sklepamo, da se to lahko zgodi, če sta oba športnika v preteklosti igrala več časa skupaj, bila v isti

ekipi, v sedanji situaciji pa sta v tekmovalnih ekipah. V takšnih primerih se zdi, da lahko kršitev določenih prepričanj, povzroči večjo frustracijo in jezo, kot bi jo, če bi šlo za neznano osebo (kategorija: prepričanja o socialno vedenjskih pravilih). Ob tem je namreč porušeno še dodatno pričakovanje, povezano z zaupanjem. Od nekoga, s katerim je športnik, npr. igral več let skupaj in se dobro razumel, namreč bolj pričakuje, da bosta "kaj je prav in kaj ne" obeh skladna, da bo imel takšen tekmelec podobne vrednote kot športnik. Ob spoznanju, da temu ni tako, se lahko pojavi najprej šok in potem jeza, ki je zelo osebna. Če pa je športnik hkrati še bolj občutljiv na mnenje drugih, ga še bolj prizadene, če nekdo, ki mu je pomemben, misli o njem nekaj, kar ni res. Lahko je to mnenje sicer tudi resnično, ampak je športniku težko sprejeti, da ga je drugi pripravljen obtožiti nečesa, kar ni skladno z njim ali njegovo samopodobo oz. identiteto. Pri vseh tovrstnih primerih je razvidno, da je bila prisotna večja osebna prizadetost, ki, npr. ni bila vezana na bolečino, kot je bilo to pri drugih sorodnih primerih, kjer ni bilo te prijateljske komponente. Enega od športnikov je, npr. obtožba člana ekipe tako prizadela, da je v tistem trenutku mislil in rekel, da ne bo več treniral svojega športa. Enega športnika pa je močno vrgla iz tira lastna reakcija (na nešportno potezo kolega tekmeča) in posledica te, tako da je povsem spremenil svoj način igranja, ki ga sedaj drži že več kot deset let. Ob tem se tudi vidi, da imajo predreflektivni procesi, možnost povratne zanke tudi ob učenju skozi negativne izkušnje. Torej na osnovi refleksije omogočijo okvir za prihodnje reakcije, npr. je športnik začuden nad svojo reakcijo, to preuči in vključi novo znanje v svoje nadaljnje vedenje. Običajno športniki v takšnih situacijah potrebujejo daljši pogovor s trenerjem, da se lahko z nastalo situacijo in razočaranjem ustrezno soočijo oz. jo predelajo. Športniki so o svojih tovrstnih izkušnjah s poznanimi športniki povedali takole:

"Ne moreš biti občutljiv na vse, kar ti rečejo drugi športniki ali gledalci. Če bi bil tak, ne bi mogel trenirati tega športa. Bi bilo pa drugače, če bi to rekel, nekdo, ki me pozna."

"Bil sem jezen, ker me je obtožil po nedolžnem. Prizadele so me njegove besede, naj se umirim, da ga stalno tepem. Me še zdaj prizadene, če mi reče kdo kaj podobnega, v smeri da bi koga zanalašč udaril ali poškodoval, ali če me kdo obsoja, da nisem pošten med samo tekmo ali treningom."

“Prizadelo me je, da se je obrnil proč, da je ignoriral stvar in mene. Je bilo to zame kot ena stvar, ki se je ne naredi, nespoštovanje. Ker sva toliko časa igrala skupaj, je bilo jasno, da ve, kaj mora narediti, kaj je prav, ampak je namerno manipuliral. Je mene prizadelo tudi kot človeka.”

“Najprej je bil agresiven do mene, trikrat, štirikrat, potem pa mi je še rekel, kaj se mečem po tleh. To je bila pika na i, ne moreš tako.”

Iz tega dela, ki govori o odnosu do tekmeca (tudi znotraj ekipe) je razvidno, da je lahko prijateljstvo med športniki zelo pozitivno in omogoči športno igro s sproščenostjo in ustrežno tekmovalnostjo in možnostjo resničnega razvoja in prikaza svojih maksimalnih sposobnosti. Po drugi strani pa lahko tovrstno prijateljstvo, če je kršeno, tudi precej prizadene in s tem sproži negativne vedenjske reakcije. Pri tem se pokaže izrazit pomen socialnih vedenjskih norm, ki vladajo ne samo v kulturi določenega športa, ampak tudi v kulturi posamezne ekipe. Ob povezavi teh norm s fair playem, je očitno, da če fair play ni vedenjska in socialna norma znotraj kulture športa in ekipe, potem ta ne bo imel pravega pomena v igri sami (Morgan, 2001). To se, npr. kaže tudi skozi izjave športnikov kot so: »To itak vsi počnejo, ampak mene so dobili.«

Za sam fair play pa se zdi pomembneje kot to, kako se športnik vede do tekmeca, ki mu je prijatelj, to, kako se vede do tekmeca, ki mu je neznanec oz. zakaj in kdaj se do le-tega vede športno in zakaj oz. kdaj ne. Glavno, kar športniki poročajo na to tematiko je, da s športnikom, s katerim so imeli dober kontakt in mu, npr. tudi v nekem trenutku pomagali, čutijo določeno bližino in povezanost. Takrat ga zaznavajo kot človeka.

“Do tega drugega čutim čisto drugače, začutim ga kot osebo, vidim, kako se odzove [op.a. ob tem, da mu je športnik pomagal vstati].”

“Tukaj sem videl, da se je tudi on odzval. Občutim tudi njegovo hvaležnost, da nekomu pomagaš. Vez je, kljub temu da sva tekmeca. “

Čustva so vključena tudi pri takšnih dejanjih, ki so skladnejša s fair playem, in sicer se v takšnih situacijah kaže pozitivna čustvena naravnost do tekmeca, s skrbjo za njegovo zdravje. Kadar pride do situacije, ko je postavljeno pod vprašaj zdravje kakšnega športnika, tudi tekmeca, se največkrat izgubi vsa tekmovalnost in ostanejo samo še normalni medčloveški odnosi. Tudi na lestvici vrednot, zdravje dosega skoraj maksimalno vrednost ($M=99,10$; $SD=3,01$) saj so ji vsi, razen enega športnika, pripisali maksimalno vrednost (100).

“Če se nekoga poškoduje, tudi nenamerno, je opravičilo že na licu mesta. Da odregiram kot človek, ni več nasprotnika, igre, je samo človeško še.”

“Če je igralec padel na tla, sem mu dal roko, da vstane ... Pomagaš, glih tako je človek.”

“Ko nekdo pade, se ustaviš, mu daš roko, da ga dvigneš. Ker sem dal toliko poškodb skozi, se vedno ustrašim [op.a. za zdravje tekmeca].”

“Takrat sem malo ven iz tekmovalnosti, je človek človek, tudi ker je prekinitev, potem se fokusiram nazaj.”

Do tekmecev, do katerih so se vedli nešportno, pa imajo povsem drugačen odnos. Predvsem poročajo, da jim je bil tekmelec praktično objekt in da so do njega čutili sovraštvo. Vendar pa se zdi to čustvovanje precej kompleksno in kljub temu da je morda sovražnost čustvo, ki je najbolj na površju, opisujejo športniki še druga čustva, ki so v ozadju oz. so lahko olajševalna ali celo spodbujevalna okoliščina, da se take vrste sovražnost do tekmeca sploh razvije. Torej, ob začetku opazovanja svojega odnosa do tekmecev v tekmovalni situaciji, v kateri je bilo prisotno bolj nešportno vedenje, športniki opisujejo odnos, takole:

“Njega kot osebo gledam kot svojega sovražnika. On se bori za svoj kos kruha, jaz pa za svojega. Imam tudi malo sovražen filing do njega, že od začetka tekme. Rad bi zmagal, mu pokazal njegovo nemoč. Pa spoštujem igralca.”

“Sem sebičen v tistih situacijah, do njega, ne pa do ekipe. Tako je že od začetka tekme, sem nekako sovražen do njega. Če pride do fizičnega konflikta, se to še stopnjuje.”

“Sem ga vzel kot slabega. Bi rekel, v tistem trenutku, da ga sovražim. Mi je bil bolj kot objekt, bolj kot ena ovira, odtujen, niti malo blizu.”

“Ne bi ga znal niti opisati [op.a. fizično, njegov videz], je tudi on bil zame kot žarnica, v tistem trenutku je bil tam, ali je bil ta ali kdo drug, vseeno.”

Ob poglobljanju v doživljanje, pa pridemo do poročil, ki ugotavljajo, da je čustvovanje do tekmecev povezano tudi s tem, kako se posameznik počuti v svoji ekipi in v okolju, v katerem biva. Ali se čuti sprejetega in povezanega, ali mu lahko ekipa predstavlja neke vrste drugi dom, kjer se lahko sprosti in izraža sebe, ali pa se čuti osamljenega, pogreša svoj dom, družino in prijatelje (kategorija: doživljanje stanja odnosov v življenjski situaciji). Lahko se čuti tudi razčlovečenega.

“V tem sovraštvu je bolj, da sem bil sam, pogrešal otroke, družino, sem gledal vso zadevo samo s profesionalnega vidika, sem imel domotožje. V takšnih klubih smo kot žarnice, ko bomo nehali goreti, nas bodo zamenjali.”

“Tam sem bil daleč od doma, drugače dojemaš celotno zadevo, zgodbo, moment, dojemaš, da si ena številka, kar si v športu. Tako gledaš tudi na druge.”

“Če imam družino ob sebi, sem lahko bolj miren. Če sem proč, moram opravičiti, zakaj nisem z družino. Ko so z mano, ali sem v domačem klubu, bolj dojemam šport kot igro, je groba igra, na profesionalnem nivoju. Tam [op.a. v tujini, če je brez družine] je bolj borba, kruta stran športa. Če gre za borbo je veliko težje, nisi tako sproščen in si drugačen do drugih.”

“Ko si tam, moraš biti boljši, kot neka prisila, da potrdim zaupanje človeka, ki me je pripeljal – razmišljaš to tudi pred tekmo, da moraš opravičiti sebe.”

“Ko si v tujini in takšnih klubih, je dodaten stres zraven, da moraš nekaj prinesiti družini, pogrešam jih in sem tu, ker se žrtvujem, moram narediti uspeh, ko jih nimam zraven, da bom miren. Če jih imam tu, sem lahko bolj miren, v splošnem.”

V primerih, ko tekmelec športnika provocira, tudi z grobo igro ter agresivnostjo in športnik ne odreagira nanj, pa se kaže predvsem, da nima nobenega pravega odnosa do tekmecca, da mu je ta nepomemben.

“On je to naredil iz nemoči, na nekem podlem nivoju. Ta mi ni blizu, sem ga videl kot nepomembnega, kot neko žarnico... Sem si ga tako predstavljal proti koncu tekme, ko sem ga premagal, prej ne.”

“Je tudi drugače, če mi celo tekmo nagaja nekdo, ki vem, da je slabši od mene. Za tega [op.a. do katerega je bil v nekem trenutku agresiven] vem, da je dober igralec, fizično močen. Za tega pa se mi zdi, da dela iz nemoči.”

“Sem ga zaznal, kot da nima nobene vrednosti zame, nimam nobene prave relacije od njega.”

Ob tem je smiselno opozoriti na še eno dejstvo, ki se je pokazalo v tem odseku, namreč da vedenje športnika ne kaže nujno na športnost oz. fair play. Namreč, navzven se lahko zdi, da je nekdo agresiven in ne igra skladno s fair playem, vendar se pokaže, da je v ozadju takšnega odnosa spoštovanje in prijateljska tekmovalnost, katere grobost sprejemata obe strani in se v njej tudi počutita varno, saj sloni na istih vedenjskih socialnih normah. Po drugi strani pa je lahko osnova agresivnega vedenja dejansko nešportna namera ali pa je lahko ta v ozadju tudi, ko (še) ni prišlo do zunanjega izraza nešportnosti. Kot poročajo športniki, se namreč lahko določeno nezadovoljstvo ali jeza nabirata, vendar se ne izrazita, ker ni prišlo do prave priložnosti. Če pa pride do te, se to pokaže in takrat športniki rečejo, da je bil drugi, npr. nepošten, pretirano grob do njih nekajkrat in da so sprva to še prenašali, potem pa jim je bilo dovolj in so odreagirali, da so ga ustavili. Podoben princip velja tudi v drugi smeri, torej da ima športnik dobronameren odnos do tekmecca, morda tudi skrb, pa te ne izrazi v vedenju, morda ker ni prave situacije ali ker je

za tekmeca ustrezno poskrbljeno, npr. s strani zdravniške ekipe ipd. V ozadju takšnega odnosa je potencial za fair play vedenje, motiv za to, vendar se to ne pokaže na vedenjskem nivoju. Torej fair playa ne moremo presojati (zgolj) na osnovi vedenja, ampak moramo poznati tudi športnikov namen in motiv.

Športnik torej lahko zaznava tekmeca na večjem razponu, vse od prijateljstva, do sovražnika in vmes, kot nepomembnega posameznika, do katerega nima nobene posebne in osebne relacije. Bolj kot čuti tekmeca kot človeka, večja je njegova tendenca k zaupanju in k športnemu odnosu. Sicer pa ta povezava ni samo enosmerna in enostavna, ampak lahko hkrati prijateljski odnos privede tudi do večje agresivnosti, ki je posledica šoka in frustracije ob kršitvi za športnika pomembnih, celo integralnih socialno vedenjskih dogovorov in s tem vrednot. Ob tem je pomembno poudariti, da športniki, ki imajo do tekmeca prijateljski odnos igrajo enako prizadevno kot, če ne bi bili prijatelji, vendar običajno z notranjo motivacijo, bolj sproščeno in posledično ustvarjalno. Tušak in Tušak (2001) navajata, da v športu ni prostora za kvalitete, kot so prijaznost, nesebičnost in empatičnost, da se v športu zahteva čim večja usmerjenost v cilj, to je v zmago, pri čemer je potrebno nasprotnika premagati in ne sočustvovati z njim. Naši rezultati kažejo ravno obratno, da prijateljski odnos do tekmeca nikakor ni ovira za dobro igro, ampak je ravno obratno, spodbuda za razvijanje mojstrstva (po Dreyfus in Dreyfus, 1986) v izvedbi. Kar se pogosto izpušča pri pojmovanju fair playa, je dejstvo, da je del tega tudi stalno prizadevanje za doseganje svojega maksimuma, za maksimalno razvijanje in prikaz lastnih sposobnosti. Torej je z vidika fair playa tekmovalnost z željo po dobri in pošteni tekmi, v kateri vsi poskušajo pokazati svoje sposobnosti, odraz spoštovanja tekmeca (Morgan idr., 2001). Športnikova zadržana igra in ne igranje na nivoju, ki ga je sposoben, je odraz nespoštovanja in poniževanje tekmeca. Športnik se lahko samo s tekmečem, ki ga spoštuje in ga ima za enakovrednega, sprosti in uporablja vse svoje znanje. S tem se obe strani spodbujata in poskušata doseči mojstrstvo v svoji izvedbi (Mellen, 2008).

5.4.1.4. Veš, da se ti ni treba boriti proti nobenemu soigralcu

Kot smo videli, je zelo pomembno, kakšni so odnosi v ekipi, na osnovi teh se lahko športnik počuti bolj sprejetega, povezanega, tudi bolj vrednega (v smeri, da lahko prosto izrazi svoje mnenje in da je to, če je smiselno tudi upoštevano) ter igra posledično bolj

sproščeno in bolje. Torej to, da socialna kohezivnost vpliva na boljšo igro ni nič novega, kar pa je novo, je to, da lahko slabša socialna kohezivnost pripelje tudi do bolj grobe in nešportne igre, tako na treningih znotraj ekipe kot do drugih ekip (kategorija: Občutek povezanosti (kohezivnosti) s soigralci). Zato se bomo v nadaljevanju poglobili še v doživljanje športnikov odnosov v ekipah.

[op.a. Ko je naredil agresivno potezo]... "sem čutil splošno nemoč, zaprtost, ker je vsak v klubu gledal svojo pozicijo. Tam je bil samo vsak zase."

"Ko sem del takšne [op. a. nepovezane] ekipe, igram slabše. Poskrbiš samo zase. Takšne sezone se zdijo tudi najdaljše, si samo želiš končati, te ubije takšna sezona. To delaš samo za denar, da zaslužiš in greš domov, nimaš nič od življenja. Se tudi slabo spomniš tistih let, ker je vse tako prazno."

"Mi je zelo pomembno, kako v ekipi sodelujemo. Da smo ena velika skupina, ki lahko delamo skupaj, tudi izven športa. Kadar smo bili najbolj uspešni, smo vedno kot ekipa držali skupaj, nikoli ni bilo, da bi koga krivili, prelagali odgovornost, krivdo na drugega. Smo bili vsi zadovoljni. Veš, da se ti ni treba boriti proti nobenemu soigralcu, veš, da bomo stvari reševali skupaj, ne rabiš razmišljati, kaj bo kdo misli, ali bo potem obračal ploščo. Si zato lahko sproščen in se posvetiš športu."

"Mi je težko delati z ljudmi, ki so zaprti, ali če so dvojna merila v ekipi. Takrat se ne počutim dobro, nimam prave motivacije."

"Včasih je lahko en igralec, pa ti ruši cel sistem v ekipi. Pogosto je to s kakšnimi Američani, se jim dovoli več. Takrat ni več pravega zaupanja v trenerja, klub."

Kot smo videli predhodno, so športniki do tekmecev in soigralcev bolj športni, bolj kot jih lahko začutijo kot ljudi, kar pa je pogojeno s tem, koliko se tudi sami čutijo sprejete v določeni ekipi, pa tudi v okolju izven ekipe. V literaturi (npr. Carron idr., 2007) se sicer razmejuje ciljno ter odnosno kohezivnost in različne študije (npr. Heuze idr., 2006; Carron idr., 2007) kažejo, da lahko obe, različno vplivata na uspešnost izvedbe. Po drugi strani pa

je metanaliza raziskav, ki so preučevale odnos med kohezivnostjo in izvedbo v športu (Carron, Colman, Wheeler in Stevens, 2002) pokazala, da praktično razlikovanje med obema vrstama kohezivnosti ni smiselno, saj glede njunega vpliva na izvedbo, ni statistično pomembne razlike. Tako tudi mi v intervjujih nismo posebej ločevali med obema vrstama kohezivnosti, vendar pa so športniki spontano bolj poudarjali pomembnost odnose kohezivnosti. Vsi so sicer vrhunski in profesionalni športniki, ki so visoko ciljno naravnani in tekmovalni. Tako povedo tudi sami, da jim je pomembna zmaga, čim višja uvrstitev in rezultat, tudi osebni (kot je npr. število golov), ter sodelovanje in povezanost v ekipi, kar pa je razvidno tudi iz že povedanega. Preko tega lahko sklepamo na njihovo visoko ciljno orientiranost in tendenco k ciljni kohezivnosti.

Kot smo omenili že v teoretičnem delu teksta, pa se kažejo razlike med spoloma glede na odnos med kohezivnostjo in izvedbo. Pri ženskih ekipah večja kohezivnost pomembneje vpliva na boljšo izvedbo kot pa je to pri moških ekipah in tudi obratno, izguba kohezivnosti bo imela bolj determinirajoče vpliva na izvedbo (Carron idr., 2002). To kaže, da je športnicam povezanost znotraj ekipe, v kateri delujejo, bistveno bolj pomembna, kot pa športnikom. Dodatno se kaže, da je proces med kohezivnostjo in izvedbo drugačen glede na spol. Pri športnikih uspešna izvedba pripelje do boljše kohezivnosti, medtem ko pri športnicah boljša kohezivnost pripelje do boljše izvedbe (Eys, idr., 2015). Ista študija tudi ugotavlja, da se športnice v ekipi sicer hitro začnejo razumeti med sabo, vendar da potrebujejo več časa, da odnose poglobijo, pa tudi, da je kohezivnost pri športnicah težje doseči, ker pogosteje vrednotijo dogajanja osebno. S tem se skladajo tudi poročila športnic, ki so sodelovale v naši raziskavi, saj menijo, da so športnice v splošnem bolj občutljive in posledično hitreje zamerljive. Zdi pa se tudi, da se pri športnicah ciljna in odnosna kohezivnost bistveno bolj prepletata kot pri športnikih.

“Če katera v ekipi ne naredi kar bi morala, jaz pa naredim vse, sem razočarana in pokažem to z mimiko. Me je tudi trener že opozoril na to, ampak me to obremeni, me vrže s tira. Druge razumejo, da je to na tekmi, da ne jemljejo tega osebno. Če pa kdaj kaj takega rečem, po tekmi rečem, sori, to je bilo med tekmo ... Se mi zdi, da pri ženskah hitreje pride do zamere kot pri moških, ki takšne stvari drugače rešijo.”

“Šport je služba, posel, ampak ima specifikke, ker preživiš ogromno časa v njem. Sploh v ženskih ekipah je drugače. Pri moških se skregaš, pošlješ v pm in greš na pivo. Pri ženskah pa se vleče, se naredijo skupinice. Jaz sem se od tega odmaknila. Ne vpletam se znotraj, mi je pomagalo, da lažje funkcioniram na igrišču in v življenju.”

“Se vleče naprej pri ženskah, kar se zgodi znotraj treninga, tekme. Ne vem, ali je ta tekmovalnost ali iskanje pozornosti ali filanje ega, veliko močnejše kot pri moških, ali pa ta odvisnost od nekih odnosov, potrjevanje znotraj ekipe. Velikokrat je tako, da imaš znotraj ekipe skupinice, pari. Milijoni banalnih primerov, da ena ne poda žoge drugi, ona to opazi, začne razmišljati, da ni to naredila, ker je v ekipi njena punca ali prijateljica in bo potem to rekla drugi... to so detajli, neki komentarji neumni...in se razvije iz tega cel džumbus.”

Glede na to občutljivost in skladno z zgoraj omenjeno raziskavo športnice tudi pogosteje bolj osebno sprejemajo agresivna vedenja, do katerih prihaja tekom treningov in tekmovanj. Športniki, na primer poročajo:

“Po tekmi je vse normalno, si daja roke, na koncu, gremo na pijačo.”

“Ko je konec tekme, je konec vsega, ni več govora o tem, se ne jemlje nič osebno.”

“Tudi med treningom se določene stvari dogajajo, pa gremo potem na kavo. Tudi če pride do večjih udarcev ni zamer. Ne morem biti jezen na drugega, ki opravlja svoj poklic. Si že v osnovi pripravljen na bolečino, na udarec.”

To je skladno s teorijo o normativnih prepričanjih, kjer se športnikovo nagnjenje slediti določenim pravilom (oz. v tem primeru nenapisanim pravilom, da je določena agresivnost v športu potrebna) preneha, kadar je igre konec. Vedenje je tako omejeno na specifičen normativen kontekst (Haidt, 2012). Športnice pa poročajo, da sicer poskušajo ločevati med tistim kar se zgodi v kontekstu športa in med ostalimi vidiki življenja ter med vedenjem v določeni situaciji in med osebo. Vendar pa jim to ne uspeva vedno:

“Take osebe, ki rade provocirajo na igrišču, jih tudi izven ne gledaš lepo. Si mislim, kaj sedaj ta hoče, kaj se dela nekaj več. Je pa res, da so včasih nekateri izven igrišča čisto drugačni.”

“Pri nas je vodilo, da se tudi v klubu ne moremo imeti vse rade. Nas učijo, igra je eno, vse osebno, pustite zunaj. Če želimo funkcionirati na tekmi kot ekipa, ne sme biti zamer in negativnega čustva, do katere od soigralk, ker potem ni več šport na prvem mestu. To je moja filozofija. Po koncu tekme se poskuša ne razglablјati več, ampak večinoma ne pustimo stvari na tekmi. Sama nerada komentiram, sploh v tej smeri, da bi koga krivila. Je pa bil v tem primeru [op.a. po nešportnemu vedenju tekmice in svoji nešportni reakciji] slab občutek še nekaj časa.”

“Če naredim kaj agresivnega po nesreči, se opravičim, če je res hudo, večinoma pa ne, ker igramo kontaktni šport.”

Velja pa tudi obratno, da lahko ta občutljivost na odnosno kohezivnost razširi pozitivno počutje in povzroči večjo sproščenost v igranju ter s tem manjšo verjetnost za nefair vedenja. To povezavo med sproščenim igranjem in športnostjo smo že potrdili predhodno, dodatno pa jo bomo podkrepili še v nadaljevanju.

“Me lahko igralci, ki imajo več energije, spravijo v dobro voljo.”

5.4.1.5. Ne zaupam sodnikom, ampak na igrišču jim moram

Športniki so skozi intervjuje precej izpostavili, vlogo sodnikov pri izkazovanju fair playa med športniki. Udeleženci raziskave menijo, da so sodniki odgovorni za strukturo tekme in tudi za pravičnost tekme, ki jo določajo s kriterijem, ki ga imajo do obeh ekip in z nivojem grobe igre. Športniki se kriterijem, ki jih postavijo sodniki, poskušajo prilagoditi, hkrati pa se na sodnike zanašajo predvsem v kritičnih situacijah. V splošnem imajo do njih ambivalenten odnos, po eni strani jih potrebujejo in se v situacijah, ki so psihološko konfliktno in se posledično v njih težje sami odločajo, obračajo na sodnika za rzsodbo, po drugi strani pa jim ne zaupajo (kategorija: ocena pravičnosti sojenja).

“Ne zaupam sodnikom, ampak na igrišču jim moram. Vsi se motimo. Se načelom ne ukvarjam tudi z narobe prisojenimi prekrški, avti. ... S sodnikom se je brez veze pogajati, ker njegova je zadnja, pa kaznovan sem lahko.”

“V mojem športu čakaš sodnika, da prekine igro, se pusti tudi minuto, dve ležati igralca na tleh, če sodnik ne oceni, da je res resna poškodba. ... Morda niti nisi videl situacije, morda potem tisti igralec normalno vstane, ti si pa rizkiral svojo ekipo. Ob takšnem konfliktu je zmedenost, nimam razčiščeno kaj narediti in kako. Zaskrbljen sem za tekmece, hkrati pa ne morem tvegati pomoči zaradi svoje ekipe. Upam, da bo sodnik čim hitreje piskal, pa bo rešeno.”

“Je veliko manjših favlov, pa sodnik ne piska, me spravi to iz tira. Mi ni to pravično, zakaj piska nam, tam pa ne. Če je kriterij enak, je ok, če pa ga menja, je zelo obremenjujoče.”

“Sodniki me bolj sprvocirajo kot igralci. Nanj ne morem vplivati, na igralca pa ja.”

“Sodnik bi moral skrbeti za red na igrišču, mora prej prekiniti tekmo, preden bi mi sploh lahko odreagirali, tudi če kdo potrebuje pomoč. Če bi sodniki delali svoje delo, se fair playa ne bi rabilo.”

“Bi moral imeti sodnik pod kontrolo tekmo.”

“Sodniki imajo pomembno vlogo s tem, kakšen kriterij imajo. Dopuščajo pa vedno bolj grobo igro.”

Zelo pomembno je opozoriti, da je bilo v vseh situacijah, v katerih so športniki odreagirali z nešportnim vedenjem, prisotno tudi to, da sodnik ni ukrepal (morda pravočasno) ob nešportnem vedenju, ki je bilo storjeno nad njimi. S tem ni priznal neupravičenosti prvotnega dejanja do športnika, kar ga je lahko še dodatno prizadelo in dodalo k njegovemu občutku nepravilnosti in neenakopravnosti športne situacije.

“Sodnik ni odreagirala na to, kar je naredil vratarju. Smo vsi gledali, ali kaj bo, pa ni bilo nič.”

“Sodnik tega ni nikoli videl, nobenega od štirih agresivnih vedenj do mene, sicer je res, da nisem imel vedno žoge, ko se je to zgodilo in je bil verjetno njegov fokus nekje drugje. Saj razumem, da mora paziti na toliko igralcev na igrišču, ampak vseeno.”

“Sodnik ni nič piskal, je šele potem, ko sem tudi jaz naredil svoje. Ne vem pa, če bi kaj pomagalo, ker se je vse dogajalo tako hitro.”

Po drugi strani pa je v situaciji, ko sta športnika igrala sicer grobo tekmo, vendar s prijateljskim ozadjem, sodnik obema prisodil rumeni karton, kar ju je umirilo, da sta bila manj groba. Sodniki so torej pomembni tudi zato, da umirijo igro in s tem zaščitijo zdravje športnikov. Pri akcijah, v katerih je bil tekmelec ravno tako preveč grob do intervjuvanih športnikov, pa ti niso odreagirali nanje, je sodnik odreagirala, pa čeprav, po mnenju športnikov, s prenizko kaznijo, vendar je vsaj dal določeno potrditev o nepravilnosti konkretnega vedenja. S tem da športniku tudi čas in možnost za reflektiranje lastne odločitve ter omogoči, da ne ukrepa zgolj na osnovi svojih trenutnih čustev.

“Sem vedel, da ne bi nič dosegel s tem, bi samo dobil kazen. Sodnik je videl, da me je s komolcem, ampak je sodil samo favl. Sem pa res čisto drugače odreagirala, pa je bila bolečina večja [op.a. kot v situaciji, v kateri je odreagirala z agresivnostjo nazaj].”

Raziskave so pokazale pozitivno pristranost sodnikov za domače ekipe, kar naj bi bilo posledica socialnega pritiska, ki ga povzročijo gledalci v dvorani oz. stadionu (Sutter in Kocher, 2004; Garicano idr., 2005). Sodniki so pristranski pri t.i. spremenljivkah ključnih za tekmovalno zmago (goli in kazni, kot so izključitve) in pri t.i. splošnih odločitvah (rumeni in rdeči kartoni). Na izhod tekme pa vplivajo tudi s svojim stilom sojenja, npr. koliko agresivno igro dopuščajo (Pohlkamp, 2014). To, kar opažajo športniki in zaradi česar imajo večkrat občutek nemoči, se je skozi raziskave pokazalo kot resnično, s tem, da športniki poudarjajo, da jih ne motijo različni stili sojenja, ampak nepravilnost in dvojni kriteriji. Tako, kot je razvidno iz podanih primerov, lahko sodniki omogočijo prostor za zanimivo

igro, v kateri lahko športniki pokažejo svoje znanje ter hkrati zaščitijo njihovo zdravje. V nasprotnem primeru pa bi se morali zavedati, da ne vplivajo zgolj na rezultat tekme, ampak da lahko s svojo pristranskostjo ogrozijo zdravje športnikov. Če ne opravijo svojega dela kot bi ga morali, potem se namreč športniki čutijo frustrirane, kar lahko sproži jezo in agresivna vedenja.

5.4.1.6. Situacijska prednost

V okviru situacijskih dejavnikov, ki lahko vplivajo na nešportno vedenje je tudi zaznana prednost oz. zaostanek v tekmovalni situaciji, ki se izraža preko dveh različic. Športniki imajo dve sorodni orientaciji za oceno stanja: kako ekipa stoji rezultatsko in kako so oni individualno izvedli določeno akcijo. Zlasti je ključna kombinacija obojega, torej relativna rezultatska izenačenost ali izgubljanje in slabša lastna izvedba akcije, bodo bolj verjetno pripeljali do nešportnega vedenja. V tem primeru skuša športnik narediti čim več stvari, da bi prišel do zmage, včasih tudi malo iz obupa, po drugi strani pa je izpostavljen s svojo lastno odgovornostjo. Podobno je tudi, če gre »zgolj« za boj za rezultat, torej od obeh možnosti je ta tista ključna za nešportne reakcije. Včasih pa pretehta tudi to, da je bil športnik kot posameznik nadigran s strani tekmeca, vendar je to običajno v kombinacijami z drugimi dejavniki. Kljub temu sicer velja, da je rezultatska varnost spodbudna za športna vedenja ali vsaj za to, da športnik ne odreagira na provokacije. Ob tem bi radi poudarili, da ta dejavnik kaže na vrsto motivacije, ki jo športnik ima, zlasti v povezavi z (ne)športnim vedenjem. Namreč, to kaže, da imajo športniki večinoma motivacijsko usmerjenost na rezultat in ego orientacijo ter pomembno manj usmerjenosti na proces in razvoj spretnosti.

“Sem šel namensko preprečiti igralca [op.a. z agresivnostjo], da da gol. Sicer smo vodili 1:0, ampak sem bil v tej situaciji, v izgubljenem položaju. Delček sekunde, ko vidim, da drugače ne bom mogel rešiti te situacije in se potem namensko odločim.”

“Sem se počutil, da sem malo zajebal, da se nisem prav postavil, da sem postavil ekipo in sebe v izgubljen položaj. V telesu sem se čutil nekako nemočnega, je to, kar ti ostane, da ga potegneš, brčneš po nogah, nič drugega ti več ne preostane. Situacija se odvija naprej, ti moraš takrat odreagirati. Sem vseeno čutil, da mogoče lahko še nekaj

naredim, kljub slabemu položaju. Da lahko preprečim najhuje, tudi če sem naredil napako. To mi daje možnost nekaj narediti, mi da zagon, adrenalin. Najprej je neka nevednost, ker ne vem, kako se bo situacija odvirtela, negotovost, dokler ne posredujem. Zraven slaba volja.”

“Konec tekme, zadnje pol minute, mi smo vodili za 3 gole, ni imelo vpliva na tekmo, kaj naredim. Nisem ga hotel spustiti mimo.”

“Vzameš kot del igre tudi provokacije, ampak me razjezi, sploh, če smo v slabšem položaju.”

V drugem primeru je športnik odreagiriral na osnovi napačne interpretacije vedenja tekmeča, ko je bil izid 0:0 in so bili približno na treh četrtinah tekme. Po drugi strani pa ni odreagiriral na podobno provokacijo (ki jo je sicer interpretiral situacijsko ustrezno), ko so vodili 2:0 in je bilo proti koncu tekme. Praktično vsi športniki poročajo, da:

“Če je proti koncu tekme in varno vodimo, lažje priznam sodniku, da se je zmotil meni v prid, npr., da je nam prisodil avt. Če bi mi izgubljali, tega ne bi priznal.”

So pa tudi športniki, ki igrajo neodvisno od teh dejavnikov in sledijo svojim načelom, ne glede na zunanjo situacijo.

“Ni razlike glede na nivo tekme ali rezultat. Fora športa je zmagati, je cilj, ampak meni osebno je cilj priti čez tekmo brez nekih poškodb, glede na to, da sem jih imel toliko. Vedno imaš slab priokus, če se nekaj zgodi na tekmi, ne glede na to ali je poškodba znotraj naše ali tuje ekipe. Potem je drugi cilj zmaga, potem pa še ostalo.”

5.4.1.7. Čas v tekmi

Kot je razvidno že iz nekaterih zgornjih primerov, se športniki lažje odločijo, tako za tvegana, nešportna vedenja, kot za bolj športna vedenja, proti koncu tekme. Z nešportnim vedenjem si poskušajo povečati možnost za zmago, in sicer preko tega, da tvegajo za to, da bi dali dodaten gol oz. koš ali pa z njim poskušajo na bolj tvegani način zadržati

tekmeca, da ne bi ponovno zadel in s tem spremenil dotedanjega rezultata. V slednjih primerih gre za načrtovana in relativno kontrolirana nešportna vedenja, največkrat za t.i. tehnične prekrške. V prvih pa so največkrat prisotna čustva nezadovoljstva, lahko tudi anksioznosti ter so manj nadzorovana.

Čas v tekmi vpliva tudi na možnost bolj športnih vedenj, kar je najbolj verjetno proti koncu tekme (v primeru, da so tudi v rezultatsko varni prednosti):

“Proti koncu tekme lažje priznam. To je avtomatično, ker se mi tempo že spusti, ne rabim biti več toliko skoncentriran 100% kot prej. Sem hkrati tudi bolj sproščen, gre vse lažje.”

“Če bi bilo na začetku tekme, ne bi tako odreagiraj [op.a. povzročil namerni prekršek za izključitev] je bilo proti koncu, se je izplačalo, ker smo dobili 3 točke. V karieri se naučiš odločiti za te situacije.”

5.4.1.8. Nivo tekmovanja

Glede na poročanje športnikov, nivo tekmovanja, ne vpliva konsistentno na njihovo (ne) fair play vedenje (nekaj primerov o temu je podanih že zgoraj). Kot se pokaže, je ključna posredna spremenljivka prepričanje. Zelo odvisno je od posameznika, ali mu predstavlja slabša ekipa večji izziv, za nekoga motivacijski, ker ne pričakuje dobre igre, za drugega pa večji pritisk, ker jo morajo nujno premagati. V obeh primerih pa lažje pride do nešportnih vedenj, saj se v obeh primerih jemlje tekmece bolj kot objekte. V prvem primeru imajo športniki slabše ekipe manjšo vrednost, ker niso dovolj pomembni, v drugem pa predstavljajo zgolj možno večjo oviro in ravno tako nimajo prave človeške komponente za športnika. Na nekatere športnike pa nivo tekmovanja nima nobenega vpliva, igrajo vsako tekmo 100% in zase.

“Imam večji pritisk proti slabšim ekipam, ker jih preprosto moramo zmagati. Za enakovredne nasprotnik, pa je vse sprejemljivo, samo da je dobra tekma. Takšne tekme dojemam kot spektakel in v njih res uživam.”

“Mi ni odvisno od nivoja tekmovanja. Za manjše klube se mi je kdaj težko motivirati, veš, da bomo veliko zmagali in me ne bodo spravili na višji nivo igranja.”

Zadnje tri predstavljene kategorije: situacijska prednost, čas v tekmi in nivo tekmovanja, niso znanstveno raziskane, tako da bi lahko rezultate naše raziskave primerjali z drugimi. Posledično smo predstavili samo naše ugotovitve.

5.4.2. Narativni jaz

Že skozi dosedanjo obravnavo rezultatov in s tem ugotavljanjem, kateri dejavniki vplivajo in kako vplivajo na športnikova vedenja, ki so športna ali nešportna, je razvidno, da je pogosto v ozadju dodaten dejavnik, ki vpliva na izraz drugega dejavnika. Ugotavljamo, da je ta dejavnik, jaz. Športniki ga običajno lahko prepoznajo, npr. v socialnih odnosih (socialni jaz), mislih o sebi (mentalni jaz), procesu odločanja, ki poteka od zaznave situacije do vedenja (procesni jaz), pojmovanju svojega telesa (telesni jaz) in v tem, kakšni bi želeli biti (idealni jaz). Če se naslonimo na sodobna pojmovanja jaza, ki so skladna tudi z Jamesovim pojmovanjem, potem lahko vidimo, da se stvari, ki obremenjujejo športnike in vplivajo na njihovo vedenje v tekmovalnih situacijah, torej tudi na športno oz. nešportno vedenje, umeščajo v del jaza, ki predstavlja podobo, ki si jo posameznik ustvarja o sebi (jaz kot objekt). Če pa se naslonimo na fenomenološko pojmovanje, vidimo, da tovrstna vedenja in dejavniki izhajajo iz osebne identitete, ki zajema socialno identiteto, osebnost, navade, stil, osebno zgodovino itd., ali socialni oz. narativni jaz (Gallagher, 2000; Zahavi, 2007a). Če pogledamo na opisana doživljanja športnikov v konkretnih situacijah, je razvidno, da se ta del jaza izrazi negativno, kadar:

- je ogrožen njihov občutek varnosti,
- imajo večji tekmovalni naboj,
- je ogrožen njihov občutek pomembnosti,
- se ne strinjajo z oceno, ki so jo prejeli od drugega udeleženca v športu.

V splošnem velja (Mead, 1967), da je naše celotno obnašanje in doživljanje prežeto z avtomatskimi pričakovanji in predvidevanji tega, kar naj bi o nas mislili drugi in sklepanjem, kakšno bo njihovo vedenje do nas. Pogosto se tem pričakovanjem tudi prilagajamo in skladno z njimi usklajujemo svoja vedenja. S tem namreč okrepimo svoj

socialni jaz in svojo ustreznost. Vpliv mnenja, socialne ocene drugega je večji, bližje kot je športniku oseba, ki izreka oceno. Torej športnika bo bolj prizadelo, če mu reče nekaj negativnega, kar ni skladno z njegovo podobo, član njegove ekipe, kot pa če mu to reče tekmelec.

“Bil sem jezen, da me je obtožil po nedolžnem. ... Bil mi je kolega. Bil sem jezen, prizadet, prizadela me je njegova beseda, naj se umirim, ker ga stalno tepem.”

“Prizadene me, če me kdo obsoja, da nisem pošten med samo tekmo ali treningom. Da udarim zanalašč, da bi poškodoval zanalašč. Ne moreš mi to reči, če pa nisem res takšen.”

“Ni mi vseeno, s kakšnim tonom mi kdo kaj reče – ali ti reče, da bi te sprovciral ali pa reče resno. Če reče resno in ni tako, kot sem res jaz, me vrže s tira.”

Tovrsten odziv lažje razumemo, če se zavedamo, da naš jaz nastaja in se razvija skozi kombinacijo izkušenj, ki jih doživimo in naracije (Zahavi, 2007a). Kot pravi Bruner (2002), če želi posameznik vedeti, kaj pomeni biti jaz, se mora poglobiti v zgodbe, ki jih jaz in drugi govorimo o meni, saj te zgodbe postavljajo, kdo sem. Drugi so pozvani, da poslušajo in sprejmejo narativne podatke o naših akcijah, izkušnjah in doživljanju, ki jih podamo. Da spoznamo nekoga kot osebo, s specifično življenjsko zgodbo in s posebnimi značajskimi potezami, je bolj komplicirano, kot pa poznavanje njegovih prepričanj in želja ter je manj osebno, kot bi lahko sprva mislili (Jopling, 2000). Zgodba posameznika ni samo prepletana z zgodbami drugih (starši, sorojenci, prijatelji, itd.), temveč je tudi vpletena v večjo zgodovinsko in skupno strukturo, ki mu daje pomen. Kadar posameznik spregovori o sebi, postane njegovo sebstvo del javne domene in njegova oblika ter narava sta vodeni z modeli kulture, ki predpostavljajo, kaj naj bi sebstvo bilo in kaj naj ne bi bilo. Naš jaz (socialni/ narativni, jaz kot objekt) je torej pogojen z mnenji drugih o nas in če se ta mnenja razlikujejo od našega, zlasti na področjih, ki jih posameznik skozi svojo družbeno kulturo ocenjuje kot pomembne, potem spravi to posameznika v disonanco in frustracijo (Zahavi, 2007b). Ta se lahko pojavi v dveh primerih: kadar posameznik ocenjuje, da sam resnično ni to, kar mu je nekdo pripisal in kadar je to, kar mu je nekdo pripisal res, vendar

tega ne želi sprejeti. V tem primeru bi namreč sprejetje določene lastnosti pri sebi pomenilo sprejetje lastnosti, ki je socialno manj zaželena ali nezaželena, kar bi lahko pripeljalo do manjšega socialnega sprejemanja ali celo zavračanja. Posledično se posameznik bori za ohranitev svojega socialnega jaza pri sebi in drugih. Ali če povežemo to z Winnicottom, lažni jaz posamezniku ne omogoča več ustreznih psiholoških obramb in s tem socialno prilagojenega vedenja, ampak se športnik odzove s pretirano obrambo, ki ni skladna z dotično situacijo. Ta pretirana obramba lahko vključuje tudi besedno ali telesno agresivna dejanja.

Jaz pride bolj do izraza tudi v primerih, ko posameznik zaznava, da je ogrožen njegov občutek pomembnosti oz. kadar čuti, da ga je kdo poskušal ponižati.

“Sem bil jezen, ker me je udaril, sem bil prepričan, da me je namensko udaril ... Bil je adrenalin, bolečina, želja po uspehu. V tistem momentu je kot ena manjvrednost, kot da bi te nekdo poniževal, če te je namerno udaril.”

“Prizadelo me je, da se je obrnil proč, da je ignoriral stvar in mene. Zame je bilo to, kot ena stvar, ki se je ne naredi, nespoštovanje. Ker sva toliko časa igrala skupaj, je bilo jasno, da ve kaj mora narediti, kaj je prav, ampak je namerno manipuliral. Prizadelo me je tudi kot človeka.”

Ponižanje vključuje zmanjšanje ponosa in spoštovanja ter s tem javno izgubo želenega položaja (Burton, 2015). Ponižati nekoga pomeni vsiliti moč nad njim, z zavračanjem in uničenjem njegovih zahtev po statusu. Lahko pa je usmerjeno v tudi bolj primarne in osnovne občutke človeškosti, človeškega dostojanstva, kar je sicer bolj tipično za dogajanje v institucijah (npr. zapori). Ponižanje se lahko pokaže na dva osnovna načina: skozi agresivno vedenje ali omejevanje, ali skozi bolj pasiven način, npr. tako da se posameznika ignorira, spregleda, da se ga vzame kot samoumevnega ali da se mu zanika določeno pravico ali privilegij. Drugega se lahko poniža tudi z zavrnitvijo, zapustitvijo, zlorabo in prevaro, vendar morajo biti takšna vedenja, da imajo lastnost ponižanja, narejena javno (Burton, 2015). Glede na to je jasno, da je namen ponižanja, prizadeti posameznikov socialni jaz.

Na ponižanje se človek lahko odzove na dva načina in sicer v odvisnosti od lastnega občutka moči. Odziv je lahko usmerjen navznoter ali navzven; v prvem primeru posameznik doživlja žalost, ki se lahko razvije v depresijo in tudi samomorilno vedenje. V drugi vrsti odziva, pa svojo energijo obrne navzven, lahko proti agresorju ali pa proti ljudem, ki so prisotni v situaciji, kljub temu, da nimajo nobene povezave z agresorjem, vendar s svojo prisotnostjo potrjujejo posameznikovo ponižanje. V tem primeru posameznik čuti jezo in se odzove z nasiljem, maščevanjem. Vendar so to neučinkoviti odgovori, ker ne povrnejo ali popravijo škode, ki je bila narejena (Burton, 2015) in v primeru športa tudi odvzamejo možnost, da bi si športnik povrnil predhodni status, saj je zaradi svoje agresivne reakcije izključen iz tekmovanja, lahko tudi iz večjega števila tekmovanj.

Podobne občutke, kot jih športnik lahko doživi ob ponižanju, pa jih lahko zazna tudi ob pretirani tekmovalnosti, vendar so v tem primeru to povsem subjektivne zaznave, torej okolje ni agresivno, izničevalno usmerjeno v športnika. V tem primeru njegova zaznava ogroženosti socialnega položaja izhaja iz lastne nesposobnosti, da bi si v določenem trenutku zagotovil želeni položaj.

“Moja prva vrednota je biti najboljši. Je bila še večja jeza, ker mi je vzel žogo, kot pa, ko me je fizično odrinil. Se mi večkrat zgodi, da me kdo preigra, pa ne odreagiram tako. Me tudi takrat malo razjezi, ampak vzamem nase. Tu je bilo to, da nočem, da je boljši, nočem, da mi pobegne.”

“Bilo je maščevanje, sem vedel, da grem direktno nanj.”

Takšno doživljanje in posledično agresivno vedenje je prisotno kadar ima športnik preveč močno ciljno usmerjeno motivacijo, ali v fair play žargonu: “Cilj opravičuje vsa sredstva”. Razvidno je, da vse presoja zgolj iz svoje pozicije in še to iz svoje pozicije za doseganje nekega osebnega cilja. V zgornjem primeru, npr. je športnikova ekipa jasno zmagovala, maščeval se je v zadnjih minutah tekme, ki o sami tekmi niso odločale, vendar pa ni hotel, da ga tekmelec preigra, čeprav je to naredil na pravičen način, zgolj s prikazom svojih

telesnih sposobnosti in spretnosti. Torej je šlo za nek povsem osebni, egoističen cilj, ki je vključeval potreb ekipe, čeprav je tudi res, da jih ni ogrožal.

Raziskave sicer kažejo, da tekmovalnost povečuje neželjeno agresijo (t.j. reaktivno agresijo) in to ne glede na spol, čeprav športnice, v splošnem, izražajo agresijo na bolj sprejemljiv način (Kemler, 1988; Smith, 1977; v Hanin, 2000). Druge raziskave pa tudi kažejo, da je tekmovalnost večja, večja kot je identifikacija športnika s športom (Oyserman idr., 2012) in s tem je lahko večja tudi agresivnost. Oyserman s kolegi (2012) podaja tudi razlago da je agresija pri športnicah izražena na socialno bolj sprejemljiv način, ker jim več pomenijo socialni odnosi in razumevanje v ekipi kot pa individualni dosežki. Raziskave tudi kažejo, da je obsesivna strast povezana z agresivnim vedenjem, zlasti kadar je ogrožen občutek posameznikove identitete, kar se običajno zgodi pri narcisistično strukturiranih osebnostih. Ljubezen do športa lahko pripelje do slabo prilagojenega medosebnega vedenja, zlasti če je taka ljubezen ukoreninjena v občutku identitete vezane na športno uspešnost (Donahue, Rip in Vallerand, 2009).

Torej športniki se lahko pretirano identificirajo s svojo vlogo športnika in ob čemer so pripravljeni kršiti širše socialne norme, norme družbe in sprejemajo samo norme svoje športne panoge, tudi če so te v nasprotju z njihovimi vrednotami izven športa. Sartre je to poimenoval slaba vera (ang. *bad faith*). Ta se pokaže kadar posameznik, pod socialnimi pritiski, prevzame napačne vrednote in se odreče svoji notranji svobodi. Videli pa smo tudi, da lahko športnik pade na nivo, kjer sledi samo eni izmed svojih potreb socialnega jaza, to je, osebni zmagi, ki včasih vključuje zmago ekipe, včasih pa niti to ne. Če ne drugega, bi bilo smiselno, da se vsak posameznik zaveda tudi svojega vpliva na druge, ali kot pravi Adler (1949, str. 289): "Človek izbere in se ustvari z igranjem vloge. Vsakršno dejanje pokaže, da sodba, ki izhaja iz okolja, ne vpliva samo na igralca, temveč tudi na ostale ljudi, ki so v podobnih pogojih."

Večja potreba po zaščiti jaza se pokaže še ob ogroženem občutku varnosti, ki se sproži ob večji bolečini, ki jo je športniku povzročil tekmeč. Vendar pa je hkrati razvidno, da občutek bolečine ni tisti, ki je ključen pri izgubi ali zmanjšanju občutka varnosti, temveč je to presoja motiva za tekmečevo vedenje. Torej, če športnik presodi, da mu je tekmeč

povzročil bolečino zaradi nemoči, potem se na to ne bo odzval (kot je razvidno že iz predhodno predstavljenega primera). Ravno tako se čuti varnega ob prijatelju, ki je hkrati tekmeč, razen če ta ne prekrši vedenjsko socialnega pričakovanja, za katerega sklepa, da je dogovor. V tem primeru, je šok ob agresivnem dejanju še večji, kot če je šlo za dejanje nepoznanega tekmečca, saj je zraven prisoten še občutek izdaje.

“Kako lahko kdo to naredi, je nalašč mi povzročil bolečino. Imaš občutek, če se v nekoga zaletiš z vso močjo, veš, da ga bo bolelo, zelo.”

“Prizadelo me je, ker je tisti ignoriral stvar. Je prizadelo to spoštovanje do soigralca in do mene. ... To je zame kot ena stvar, ki se je ne naredi.”

Kot pravita Hutto (1997) in Bruner (2002), se naša sposobnost razumevanja drugih močno poveča s preživljanjem skupnih življenjskih zgodb in z našim razumevanjem kako se raznoliki karakterni tipi odzivajo v različnih življenjskih scenarijih (Hutto, 1997). Dejansko večina športnikov pove, da so največje kršitve in najbolj nešportna dejanja, naredili v začetkih svoje profesionalne kariere in da sedaj reagirajo drugače.

Ne moremo zanikati, da igra jaz pomembno in ključno vlogo v našem psihološkem in socialnem življenju, saj mu daje organiziranost, pomen in strukturo (Zahavi, 2007a). V večini situacij v športu (kot tudi v celotnem življenju), igra glavno vlogo narativni jaz, ki je konstrukt, ki nastane skozi izkušnje iz resničnega življenja, pa tudi skozi ideale in fiktivne ideje. Poleg tega ima človek tudi svoje sposobnosti, navade, zanimanja, osebne značilnosti, dispozicije in prepričanja. Povedano drugače, jaz je polno razvit šele, ko je poosebljen in to je mogoče zgolj skozi medosebne interakcije. Jaz postane oseba šele skozi posameznikovo življenje z drugimi, v skupnem svetu (Zahavi, 2007b). Zato nekateri avtorji (npr. Zahavi, 2007a) predlagajo, da bi namesto o narativnem jazu govorili o osebi oz. osebnosti kot o narativnemu konstrukt. O osebnosti, ki se razvije skozi čas in ki jo oblikujejo vrednote, ki jih sprejema, morala in intelektualna prepričanja ter odločitve. Ta prepričanja in sprejete vrednote so intrinzično socialne, torej ponotranjene iz socialnega okolja. Husserl (po Zahavi, 2007b) pravi, da izvor osebnosti leži v empatiji in v socialnih dejanjih, ki so vkoreninjena v tej. Da pridobimo osebnost, ni dovolj, da se posameznik začne zavedati sebe kot centra svojih dejanja, ampak je osebnost postavljena samo, kadar

se posameznik postavi v socialne odnose z drugimi.

Razvidno je torej, da so praktično vsi dosedanji dejavniki, za katere je razvidno, da vplivajo na (ne)fair play vedenje športnikov povezani z oceno sebe, s svojim jazom, oz. natančneje, z narativnim jazom. Posledično bi lahko rekli, da so ti dejavniki v resnici sprožilci, na katere se narativni jaz odzove (glej prvo poskusno teorijo). Jasno je torej, da ne moremo moderirati športnikovega vedenja samo glede na zahteve igre, ampak da je ključna vrsta in stopnja subjektivne ocene lastne pozicije, v nekem trenutku. Kot smo videli ta pozicija največkrat vključuje občutek lastne uspešnosti, pomembnosti in sprejetosti oz. spoštovanja s strani pomembnih drugih. Skladno s tem smo se odločili za razširitev raziskave na tekmovalne situacije, v katerih so se športniki počutili neuspešne oz. so imeli občutek, da jim nikakor ni šlo in da bi zajeli še drugi pol istega spektra, situacije, v katerih so se počutili zelo uspešne. Kot bomo videli, so v primeru le-teh športniki avtomatično opisovali flow¹² situacije. Te situacije so nas zanimale še dodatno zaradi tega, ker naj bi glede na teoretične predpostavke, bil v njih izražen zgolj minimalni jaz in ne tudi narativni jaz. Poleg tega smo pri preučevanju (ne)fair play situacij ugotovili, da takšnih situacij, ki bi bile izrazito fair play ali jasno nefair play ni veliko in so večinoma precej oddaljene, tako da se v njih ne moremo ustrezno poglobiti, ker je doživljanje tako oddaljenih situacij lahko že precej spremenjeno. Tako oddaljene situacije so običajno podvržene že večkratnim spominskim obnovitvam in interpretacijam posameznika, ki so lahko že močno utrjene (Petitmengin, 2006). Zaradi tega bistveno težje pridemo do resničnega doživljanja in posledično smo, pri razširitvi raziskave, iskali situacije, ki so bile časovno dovolj blizu.

¹² Flow se včasih prevaja kot zagon, vendar pa menimo, da je to preozka beseda, ki ne upošteva enih ključnih značilnosti flowa, tako da smo se odločili, da ohranimo kar angleško besedo. V SSKJ je zagon definiran kot velika stopnja psihične pripravljenosti za kako delo.

5.5. Uspele situacije in neuspele situacije

Kot smo že navedli, smo športnike vprašali tudi po doživljanju v zelo uspešnih tekmovalnih situacijah, ob svojem vrhunskem nastopu, pri čemer so športniki poročali o flowu. Beseda flow izhaja iz latinske besede *fluere*, teči ter označuje elegantnost in lahkoto gibanja ali načina gibanja (Ilundain-Agurruza, 2015b). Flow je mentalno stanje, ki označuje popolno potopljenost v aktivnost, ki jo posameznik izvaja, z občutkom močne koncentracije, in ki, ga povratno, napolnjuje z energijo. Ta koncentracija je lahko tako poglobljena, da je posameznik osredotočen zgolj na aktivnost samo, in niti ne nase, ali na svoja čustva (Nakamura in Csikszentmihalyi, 2001). Csikszentmihalyi (1990) poudarja še, da je za flow značilna popolnoma osredotočena motivacija in čustva, ki niso samo obvladana in usmerjena, ampak tudi pozitivna, energizirajoča in uglašena z aktivnostjo, ki jo posameznik izvaja. Kot višek flowa pa navaja občutek spontanega veselja ob aktivnosti. Vse te značilnosti so bile zajete tudi v doživljanjih športnikov v naši raziskavi, s čimer lahko potrdimo pravilno umeščenost njihove izkušnje v teoretičen okvir. Podrobnejša analiza rezultatov je izluščila štiri različne dogodke, ki se kontinuirano pojavljajo v tekmovalnih športnih situacijah, v katerih pride do vrhunske izvedbe [ang. *peak performance*]. V teh situacijah se razlikuje tudi športnikovo doživljanje, in sicer na nivoju mišljenja, čustvovanja, telesnih občutij in občutka socialne povezanosti. V nadaljevanju bomo predstavili te dogodke in različna doživljanja.

5.5.1. Če ne zadanem, bo slabo za ekipo

Občutek zahtevne tekmovalne situacije se pojavi, kadar športnik ne more izvesti akcije, ki je bila predhodno pripravljena in je hkrati v situaciji, v kateri mora odreagirati. V takšnem primeru pogosto ne najde takojšne in lahke možnosti za razrešitev nastale situacije. Ker gre za pomembno situacijo, pa športnik hkrati zaznava večje tveganje, da on oz. njegova ekipa ne bodo mogli doseči točke (gola ali koša) ali da ima, zaradi njega, nasprotna ekipa prednost, v sklopu katere bi lahko dosegli rezultatsko prednost. Športnik ima v takšnih trenutkih občutek, da nekaj ni v redu in posledično dobi občutek nesigurnosti. Ob tem športniki opisujejo občutek pritiska, občutek anksioznosti, nemira, napetosti in te občutke zaznavajo tudi na telesnem nivoju.

“Kot da me je obdala neka črnina tisti trenutek. Čutim to črnino kot neko tesnobo, kot

da je telo brez moči, ja kot neka nemoč. V tem trenutku je največ občutkov v glavi, isto kot neka tesnoba kot da je glava polna vsega, tistih misli negativnih.”

“Živčnost je v trebuhu, kot da bi bil na izpitu. Bolj kot razdraženost v trebuhu, kot da bi malo žgečkalo, kot mravljinci.”

V tem kontekstu jih večinoma opisujejo kot trebušno bolečino, pa tudi kot občutek pritiska v grlu in/ali prsnem košu. Analiza kognitivne komponente anksioznosti pokaže, da ima pri vseh intervjuvanih športnikih, strah socialno osnovo oz. izvor in je večinoma povezan z občutkom odgovornosti do kluba, pa tudi do trenerja, navijačev, družine in drugih podpornikov. Anksioznost se lahko izraža tudi skozi mentalno predstavo razočaranih obrazov in skozi misli, kot so:

“Prisotna je živčnost, ker vsi pričakujejo, da bo gol, predvsem navijači.”

“Joj, dej že ta gol, dej da ne boš spet falil.”

“Probaš dati gol, osrečiti navijače, sebe. Rad bi pomagal ekipi.”

“Če ne zadanem, bo slabo za ekipo in vsi bodo mislili, da nimam pojma.”

Do te točke v tekmovalni situaciji ni bistvene razlike med vrhunsko izvedbo in med neuspelo izvedbo. Morda je pri slednji moč negativnega čustvovanja nekoliko večja in se lahko stopnjuje do obupa, nekateri pravijo, da začitijo “skoraj paniko”. Posledično je večji tudi občutek teže, nemoči ipd. v telesu ter manjši občutek odločnosti. Iz posameznih intervjujev je razvidno, da bi lahko ta razlika izhajala iz predhodnih, nedavnih izkušenj, npr. da športnik že nekajkrat zapored ni zadel gola, da se že cel dan počuti slabše. En športnik je ta del situacije opisal:

“Vidim, da akcije, kot smo jo načrtovali ne morem narediti, mojega soigralca, ki naj bi mu podal žogo, ni nikjer, in vsi ostali so pokriti. Sem zmeden. Nekaj je zelo narobe. Nesiguren sem, izgubljen v situaciji in me je strah ... kot vibracije skozi telo, bolečina v

trebuhu, kot da bi me kdo boksnil vanj in imam kepo v grlu ... V glavi imam misel: kaj bo rekel trener, če ne naredim te podaje ali če naredim slabo podajo? In v trenutku vidim sliko razočaranja na trenerjevem obrazu in na obrazih najbližjih, ki me spodbujajo med gledalci. Vsi bodo rekli, da sem zafrknil in da sem zanič igralec.”

Na tej točki, pri obeh situacijah, tako zelo uspešnih kot neuspešnih, športniki tudi čutijo, da slabše kontrolirajo žogo ali pak oz. palico in imajo napačno, manj realno zaznavo rekvizita, tj. žoge, palice, paka. Tako se zdi žoga večja, težja, palica daljša, pak hitrejši (kategorija: utelešena igralna situacija). Lahko pa zaznavajo tekmece kot večjega, močnejšega, hitrejšega.

“Pred to podajo, v trenutku, ko se zavem, da podaja ni možna, se mi zdi, da mi je žoga v tistem trenutku težka. Mi je v napoto, ne vem, kaj bi z žogo, mi je odveč.”

5.5.2. Točka preobrata

Ključni dejavnik pri tem, v kateri smeri se bo obrnila športnikova izvedba, je interpretacija anksioznosti. Jones, Hanton in Connaughton (2002) ugotavljajo, da je zaznana kontrola v situaciji, modelirajoč dejavnik glede smeri interpretacije anksioznosti in glede doživljanja simptomov anksioznosti. Kadar posameznik zaznava, da ima simptome pod kontrolo, jim prisodi olajševalni vpliv na izvedbo, medtem ko za simptome, ki jih nima pod kontrolo zaznava, da šibijo izvedbo. Iz kognitivno vedenjske psihologije vemo, da izogibalno vedenje poveča anksioznost (Wells, 2002). Iz tega sledi, da če športnik želi izboljšati svojo izvedbo, ne bi smel imeti orientacije k odstranitvi anksioznosti kot tudi ne k izogibanju le-te, temveč k reguliranju interpretacij ob čustvu in k aktivnemu vztrajanju v situaciji. To tudi potrjuje Fletcherjevo in Sarkarjevo (2012) kvalitativno raziskavo, v kateri je večina od dvanajstih intervjuvanih olimpijskih športnikov poudarila, da če ne bi doživeli določenih tipov stresorjev, ki so jim dvignili čustvo anksioznosti, s katerim so se naučili delovati, ne bi zmagali. V tem situacijskem razpletu se torej športnik odloči za aktiven pristop k reševanju situacije. Preden izvede novo akcijo, je trenutek, ko išče možnosti, skenira okolje, ipd. Torej aktivno išče rešitev iz nastale situacije. Glede na poročila športnikov smo ugotovili, da lahko dve modaliteti razrešita tovrstne situacije. Pri prvi modaliteti se nekaj spremeni v situaciji ali športnik zazna nekaj, česar prej ni bilo, npr. nasprotni obrambni

igralec ne pokriva soigralca ustrezno, s čimer se odpre možnost za novo akcijo. Ali pa, npr. športnik spozna, da je obrambni igralec manj agresiven in s tem omogoči nekaj prostora za pozitivno razrešitev problematične tekmovalne situacije. Pri drugi možnosti pa športnik nima pri roki rešitve situacije, vendar se odloči izvesti akcijo na osnovi zaupanja in intuicije. V nobeni od obeh možnosti športnik ne ve, kakšna bo razrešitev akcije in se tudi ne zaveda oz. ne načrtuje svojega naslednjega giba. Šele, ko se odločijo, da bodo aktivni in še več, da bodo sprejeli glavno odgovornost za akcijo (ne glede na njegovo čustveno stanje), nekateri športniki najdejo luknjo v vedenju tekmecev ali novo možnost v situaciji. Vendar pa to večinoma naredijo predreflektivno in športniki so se večinoma začeli tega zavedati šele tekom intervjuja in ne tekom akcije, npr.

“Ko sedaj pomislim... obrambni igralec ni bil tako agresiven, bil je v poziciji, ni skakal okrog mene in mahal ali se me dotikal.”

Nekateri pa so se tega zavedali na mestu samem:

“Vedel sem, da je vratar preveč agresiven in da me bo pretirano sledi in bo šel v moji smeri. Ampak še vedno nisem vedel, kaj bom naredil, ampak sem se zavedal njegove slabosti.”

Na čustvenem nivoju, doživljajo športniki to fazo kot zmes napetosti in prihajajočega olajšanja, strahu in nemira, vendar tudi zaupanja. Na tem nivoju je zaupanje objektivizirano, npr. športnik verjame vase, v svojega soigralca iz ekipe, v ekipo. Prisotna pa sta tudi občutek in misel, da bo vse v redu in določeno zavedanje, da je akcija lahko uspešna ali da bo uspešna. Dodatna značilnost tega obdobja v situaciji je, da je športnikova odločitev za akcijo brez kakršnekoli misli po umiku, pa čeprav ni imel ideje, kako razrešiti nastalo situacijo. Odloči se, da bo prevzel odgovornost v akciji in to prevzame brezkompromisno.

Skozi situacijo se zaupanje do svojih soigralcev ali soigralca stopnjuje v občutek povezanosti, ki so ga spontano izpostavili praktično vsi športniki in dejali, da se jim ta zdi ključen za akcijo. Nekateri pa občutijo tudi splošno povezanost z gledalci (kategorija: zaznava medosebne povezanosti). Ob tem se lahko pojavijo nekatere mentalne

prezentacije različnih spominov, npr. preživljanje prijetnega časa s soigralci:

“Isto imam slike, je malo smešno, v tistem trenutku je slika, ki sploh nima veze z njim ali mano kot igralcem, je ena slika od takrat, ko smo se vozili skupaj na trening in je on vedno sedel zraven mene in je slika mene in njega, kako se skupaj pogovarjava in se smejeva.”

V primeru neuspele situacije, pa se zraven lahko pojavijo negativni spomini, npr. na kričanje bivšega trenerja, kar spremlja čustvo nepomembnosti, nesposobnosti.

“V tistem trenutku sem ga bolj zaslišal. Ne vem, kaj je govoril, tudi, ta percepcija, da ga slišim, morda ni bila morda v celoti od tistega trenutka. Je, kot da bi se nabrali trenutki, ko je on vpil name, me dajal v nič. Na nek način je bil velikrat žaljiv oz. sem ga doživljal zelo osebno, ne samo kot igralec, ampak je šlo na nivo mene kot človeka. In hkrati s tem je bilo, aha, ampak še zmeri ga nočem razočarati, da ne glede na vse, je bil občutek, da ne smem razočarati.”

Poleg tega, se zdi, da postanejo tekmeci manj pomembni. Za nekatere športnike je bila povezava s soigralcem oz. soigralci, s katerim(i) so bili v tesnejši povezavi tekom opisane akcije, vrsta posebne komunikacije, ki je omogočila neizgovorjeno simultano razumevanje situacije, športnikov namen in skupno akcijo, za katero niso potrebovali kakršnegakoli vizualnega kontakta (npr. očesnega stika).

“Kot bi bil povezan z nevidnimi niti s soigralci ... Bele so ... Grede iz prsnega koša. Hkrati ga imam v glavi in telesu. In kar pomislim, naredi. Je kot da pošiljam energijo naprej. Podam mu žogo, ga ne vidim ob tem (op.a. je nepričakovana poteza, ni uigrana situacija ali podaja) in vem, da je tam in res je. Ne gre za neko solidarnost, je globlje.”

Za nekatere je bilo povezano tudi s povečanim občutkom zaupanja in podpore:

“Čutim zadovoljstvo in zaupanje, ki gre od mene k njemu in obratno, od njega k meni. Je pozitivna energija, toplota, ki se sreča in poveča. Kot dva energetska polja, ki žarita. Izmenjava je, dajeva si moč in podporo. Njegova moč prihaja vame, čutim jo večinoma

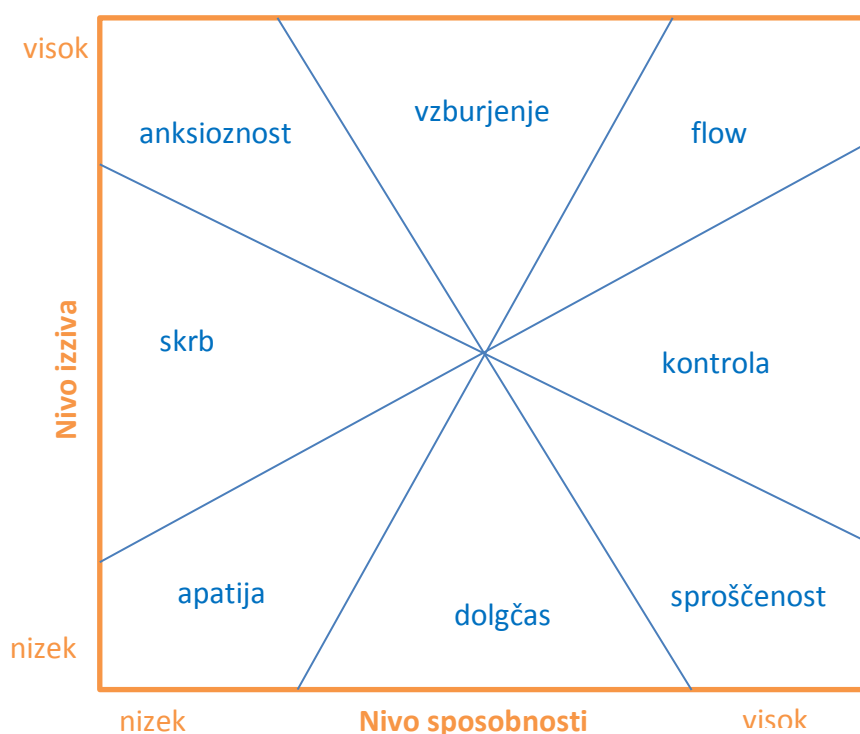
v srcu. Je zaupanje, moč, veselje in odločnost, da to lahko naredim.”

Tekom te faze je telo sproščeno, prijetno, vendar energetske dobro opremljeno in pripravljeno za akcijo. Drža je bolj vzravnan in prsni koš je odprt, lahko se čutijo tudi zelo močne in sposobne, preko realne zaznave. Vsi športniki so opisali tudi občutek, da je njihov vid postal bolj jasn. Zaznavanje žoge ali paka in palice je realistično in športnik občuti dobro kontrolo rekvizitov.

“Ko se občutiš, da si velik štiri metre in ne meter devetdeset, da tvoj korak ni dolg meter in pol, ampak delaš pet metrov dolge korake.”

“Ko imam občutek zaupanja, čutim žogo kot nekaj kar imam res pod konotrljo, kot nekaj kar je odvisno od mene in se zavedam, da bo podaja uspela. Ni mi več odveč, ne čutim več te teže žoge, ampak realno težo, realno obliko”.

Ta del doživljanja, o katerem poročajo športniki, se povsem ujema s teoretičnimi izhodišči flowa, zlasti z modelom nihanja izkušnje (Massimini, Csíkszentmihályi in Carli, 1987).



Slika 8. Model nihanja izkušnje (Massimini, Csíkszentmihályi in Carli, 1987).

Model kaže, da se flow pojavi kadar športnik zaznava določeno kot situacijo, ki je visok

izziv in hkrati kot situacijo za katero so potrebne visoko razvite sposobnosti oz. za situacijo v kateri je ravnotežje med zaznanimi sposobnostmi in zaznanim izzivom. Druge raziskave so še pokazale, da ni pomembno samo ravnotežje med obojima, ampak da sta za sproženje flowa pomembni tudi vsaka od navedenih spremenljivk (izziv, sposobnost) posebej. Optimalno razmerje med obema se namreč spreminja tako glede na posameznika kot glede na situacijo (Csikszentmihalyi idr., 2005, Moneta, 2012).

Ujemanje s tem modelom in poročili udeležencev raziskave je tudi v procesu nastajanja flowa. Športniki so namreč poročali sprva o stanju anksioznosti, ki pa se je v procesu do nastajanja flowa, preobrazilo v vznurjenje. Tega so označili kot kombinacijo med občutkom aktivacije in sproščenosti, kar ni povsem skladno z zgornjim diagramom, predvsem glede na pozicijo sproščenosti, saj se, glede na naše rezultate zdi, da je ta bližje flowu. Potrdi pa se drugi del modela, ki postavlja skupaj anksioznost in skrb. Kot smo navedli na začetku tega podpoglavja, se pri športnikih v raziskavi, prvotna anksioznost, ni razlikovala bistveno glede na situacije, ki so se zaključile kot uspešne ali neuspešne. Vendar se je razlika glede na oba izhoda situacij pojavila po anksioznosti, ali se je ta preoblikovala v skrb in posledično v neuspelo situacijo, ali pa v zaupanje, ki je pripeljalo do situacije flowa.

Nakamura in Csikszentmihályi (2001) sta identificirala šest ključnih značilnosti flowa: intenzivna in ostra koncentracija na sedanji trenutek (ki je hkrati predpogoj za flow izkušnjo in hkrati njena značilnost), združenje aktivnosti in zavedanja, izguba reflektivnega samozavedanja, občutek osebne kontrole nad situacijo, spremenjeno doživljanje časa, notranje nagrajajoča izkušnja (avtotelična izkušnja). Vse te značilnosti opisujejo tudi športniki v raziskavi, z izjemo spremenjene zaznave časa, o kateri ne poročajo vsi športniki. Hkrati pa skozi poglobljene intervjuje dobimo podrobnejše distinkcije znotraj posamezne značilnosti in nekatere dodatne značilnosti, npr. povezanost in hkrati nevtralen odnos do drugih udeležencev v isti situaciji (tudi pasivnih udeležencev, npr. gledalcev, razširitev občutka zaupanja iz konkretnega (npr. športnik sam, njegove sposobnosti, soigralca/ soigralci in njihove sposobnosti) na abstraktno (npr. življenje v splošnem).

5.5.3. Optimalna izvedba

Optimalna izvedba, ki so jo opisali športniki, je bila večinoma tudi vrhunska izvedba, z izkušnjo flowa. Tekom te je športnik izvedel akcijo, ki je bilo v dani situaciji in kontekstu nepričakovana in na nek način inovativna. Vsi športniki tudi poročajo, da so bili presenečeni nad svojim gibom in so še vedno bili, ko so pogledali nazaj na to akcijo (kategorija: utelešena igralna situacija - kreativnost).

“Je bila malo nenavadna odločitev. To zame ni bilo značilno, da bi ... (op.a. opiše akcijo, ki jo je izvedel), bi se običajno drugače odločil. Ne vem, kaj se je zgodilo, da sem se tako odločil.”

“Sploh ne vem kako je bila ta odločitev. Nisem vedel, ali bom streljal ali ne bom, samo da grem v večni takih primerov desno, kar sem naredil tudi tuki ne da bi kaj pričakoval, potem pa levo. Ko sem dal gol, čez par sekund sem bil mal presenečen, da sem to naredil. Nisem imel prvotnega namena to narediti, ne vem, spontano sem šel levo. Težko bi opredelil. Mogoče, kot da bi telo vedelo, kaj mora narediti.”

Športniki čutijo ob tem, notranji mir, da je vse v redu, tako kot je in splošno zaupanje. Zdi se pomembno poudariti, da zaupanje v tej fazi, ni več objektivizirano, ampak je splošno. Športnik doživlja zaupanje kot absolutno, nanašajoč se na celotno situacijo, v določenem trenutku, kot se odvija pred športnikom. Kakršnokoli socialno vrednotenje postane takrat nepomembno, trener, igralci in gledalci večinoma izginejo in enako velja za občutek lastne pomembnosti. Ni več individualnega zavedanja drugih posameznikov v športu, vendar pa je lahko prisoten občutek povezanosti, praktično z vsemi, ki so prisotni, tudi z navijači.

“Ne slišim niti sebe, niti navijačev, imam samo občutek misli, védenja, kaj se bo zgodilo.”

“Slišim publiko čisto v ozadju, ne vem, kaj govorijo, kot šum v ozadju. Mi je fajn, da je dobro vzdušje, čutim vzdušje, ne pa besed. Trenerja ne slišim, ostale soigralce pa ... mogoče iz ozadja golmana.”

“Tišina, kot da si v svojem svetu, vidim samo koš, ne vem, kaj se dogaja okoli v svetu. Imam pregled nad igralci, hkrati pa popoln fokus na koš. Koš vidim čisto, igralce pa samo barve, barvo dresa, vidim, da tam igralec stoji.”

Športniki doživljajo, delno pomembnost sebe, čutijo se kot del situacije, da so prisotni v določenem trenutku in prostoru, vendar tudi, da situacija nima individualiziranega pomena. Nekateri celo opisujejo izkušnjo osvoboditve in svobode od sebe in zunajtelesne občutke (kategorija: jaz – odmik od jaza). Vsi opisujejo, da niso razmišljali o sebi (in tudi ne o čimerkoli drugem) in so se čutili kot del nečesa “večjega”. Za vse športnike leži specifičnost situacije v posebnosti celotne situacije, sestavljene iz posebne športne izvedbe, lahkotnosti in spontanosti ter občutka, da vse presega posameznika, kar prikazujeta tudi naslednja primera:

“Izgine vsaka misel o meni in sprejemem sebe v trenutku. Kot da sem osvobojen sebe in čutim svobodo. Tam sem kot posameznik in hkrati sem del večje celote, tima, te dvorane, tega časa. Ne obstaja, ampak hkrati sem tam. Na nek način sem pomemben, ker sem tam, živ, ampak nič ni zame.”

“Na nek način je osebno, ampak hkrati, sem samo tam. Cela situacija, akcija je bolj za klub, za nekaj preko mene. Na tej točki ne razmišljam o sebi, ampak tudi ne o drugih ali o klubu ... na nek način je cilj ta povezava med nami vsemi, ki se izraža tudi skozi akcijo, rezultat.”

“Zaznam začetek in konec tega (akcije), vmes pa kot da nisi čisto tam; nekako ... to vmes kot, da ni pomembno.”

Na tej točki se pojavita dve zanimivi mentalni spremembi. Prva je, da je pozornost pogosto dvojna – športniki opisujejo zelo ozko koncentracijo (npr. osredotočenost na določeno točko v голу/košu) in hkrati širšo koncentracijo (npr. pregled nad pomembnim delom igrišča/dvorane). Poleg tega športniki tudi opisujejo spremembo v njihovi tekmovalni orientaciji – iz rezultatske usmerjenosti na procesno orientacijo. Športniki opišejo, da je bilo za njih, v tistem trenutku, najbolj pomembna samo izvedba določenega

giba oz. sklopa gibov, npr. samo podati žogo/pak:

“Je samo: del moje palice in tista točka v голу. Ni mene, ni golmana, nič. Je zelo ostra in ozka koncentracija in hkrati je širši pregled nad dvorano.”

“Tudi žoge ne gleda, vidi samo koš in malo naokrog koša. Ampak hkrati se mi odpre pogled na vse, vidim tudi, kje igralci stojijo.”

“V akciji je tunelski vid, takrat doživljam samo to, niti svojega telesa ne. Vidim samo koš, veš, da imaš žogo v roki. Se še vedno zavedam ljudi okoli sebe ne glede na to, da imam tunelski vid.”

V ekipnem športu so zahtevani vsi elementi pozornosti. Zlasti pa športniki potrebujejo distribuirano pozornost (sposobnost vzdrževanja pozornosti na večje število objektov ali dejavnosti hkrati), osrednji razpon pozornosti (sposobnost omejiti pozornost na en objekt ali dejavnost) in sposobnost preklopa pozornosti iz enega objekta ali dejavnosti na drugega (Cashmore, 2005). Sposobnost preklopa pozornosti s širokega področja na ozkega in obratno je še posebej ključna v zaključkih akcij, pri metih in streljih na gol. V ekipnih športih potrebujejo športniki specifično pozornost: tako vizualna kot slušna osredotočenost morata biti široki, da lahko športnik upošteva gibanje in zvoke drugih. Ne morejo si privoščiti osredotočenosti samo na lastno igro: morajo poslušati navodila, besede drugih in bežno spremljati igralce tudi v svojem perifernem vidu, tj. jih skenirati (Van Schocky in Grasha 1981, v Cashmore, 2005). Ekipni športnik mora biti pozoren tako na vedenje soigralcev kot tekmecev, poskušati mora predvideti, kaj se bo zgodilo in ima malo časa, da bi razmišljal, kako bo izvedel določeno spretnost. Učinkoviti športniki so običajno tisti, katerih mojstrstvo spretnosti jih tako potegne, da jih lahko izvajajo avtomatično. Koncentriranje deluje tako, da športniki kultivirajo filtriranje informacij iz okolja, ki jim niso pomembne.

Raziskave kažejo, da dodatne zahteve pozornosti, na tekmece in člane ekipe povzročijo znaten upad uspešnosti zadevanja koša in gola.

Druga kognitivna sprememba se pokaže na področju zavedanja. Zavedanje prostora, časa

in sebe se med sabo zlijejo. Posameznik postane neločljiv od vsega drugega. Vendar pa samo pet športnikov opisuje izkušnjo tovrstnega zlitja. Ti tudi opišejo, da niso imeli nobenega občutka telesa in večina je čutila več energije, moči v telesu, čutili so se večje in bolj eksplozivne. Opisujejo tudi doživljanje, da se telo premika avtomatično, kot da samo ve, kaj mora narediti, brez prisotnosti misli, ki bi ga usmerjale.

“V tej akciji, ne slišim nič, v bistvu ignoriram, ker mi ni pomembno, v tej akciji je čista tišina, ni šuma, ki bi ga ignoriral.”

“Telo me samo vodi, jaz bolj spremljam svoje telo in imam v mislih samo koš. Točno vem, kje je, kakšna je pozicija telesa. Dobro čutim žogo v roki, kot da je roka povezana z žogo, kot da žoge ne morem izgubiti, je pri meni, na roki. V akciji najbolj čutim noge, noge mi povežejo roke, avtomatsko potegnejo roko.”

Specifično za situacije flowa je tudi športnikovo *predvidevanje zaključka situacije* v kateri je. Športniki to opisujejo kot védenje, kaj se bo zgodilo trenutek naprej. Včasih to vidijo kot sliko prihajajočega dogodka, včasih pa si to razložijo kot edino možnost glede na odvijajočo se situacijo. Kakorkoli, dejstvo je, da se tik pred zaključkom akcije in kljub pozornosti, ki ima že tako in tako dvojno pozicijo in je diferencirana, pojavi tudi tovrstno védenje, za katerega pravijo, da ima drugo kvaliteto kot pa samo občutek glede zaključka določene akcije. Ob tem se vedenje ne nanaša zgolj na akcije, ki se zaključijo z golom oz. košem, ampak tudi na akcije, kjer je zaključek dobro uspela podaja ali blokada tekmeča, da ne more onemogočiti akcije soigralca, ipd. Poleg tega, da se pri nekaterih izrazi kot podoba, kot slika, pa jo večina čuti tudi v telesu, kar jim da še dodaten zagon in zaupanje za zaključitev akcije.

“Ta občutek, da bo gol je po celem telesu, spet dobiš še dodatno energijo, je pozitivna, je veselje. In pride olajšanje, defintivno. Na (mojem) obrazu je nasmeh, drugo ne vem, kako bi opisal ... Najbolj čutim lahkotnost, kot da bi breme padlo z mene, ne vem, kako veliko breme, ampak, ja, breme, en pritisk. Pade z ramen. Telo se sprosti. Takrat sem že videl nekak pak v голу, sem videl mal situacijo vnaprej, ko bom ustrelil, kam bo šel pak. Je tudi tja šel. Je kot slika prihodnosti, je bolj meglena kot običajno, tudi drugačna, kot

jo vidijo drugi, barve so bolj blede, drugače pa ista.”

“Vidim, da bo koš. Tu sem bil tako odločen, da bo koš, da sploh ni bilo dvoma, niti ni bilo možnosti, da je lahko nič (op.a. da ne bi zadel koša). In je bil koš.”

Ob tem se pojavi tudi občutek zaupanja v izhod, in predhodno, že v potek situacije, kar je povezano tudi s spremembo orientacije iz ciljne na procesno.

“To pozitivno čutim tudi kot eno sproščenost ... jo čutim v srcu. Da ne glede na to kar se bo zgodilo v tistem trenutku, bo v redu, ne razmišljam živčno, ohranim trezno, mirno glavo, probam narediti kar moram, če pa ne bo, pač ne bo.”

“Tisti trenutek, ko sem začutil, vse je ok, je bilo bolj, ne fizičnega pomena, ampak, to se reče, psihično.”

“V tej akciji potem ni prišlo do koša, ker je bil favl na njem, ampak še preden je on vrgel, torej v procesu podaje ... v tistem vem, da sem rekel, prešnilo me je, tudi če ne da koša, vse je ok, nič zato. Ni samo, vse je ok, v smislu, ne bo koša, ni panike, malo bolj na splošno ... težko razložim.”

Kordeš (2005, 2012) na primer piše, da je zaupanje kot aktiven življenjski princip, kreativna sila, ki ni orientirana na nekaj konkretnega, temveč je odločitev, ki jo lahko posameznik sprejme v vsakem trenutku. Smiselno je tudi izpostaviti, da je zaupanje v nasprotju z egocentričnostjo. Ta se lahko izraža kot skrb zase, strah in kot druga sorodna čustva, lahko pa se kaže tudi kot samopomembnost. Torej zaupanje in egocentričnost ne moreta koeksistirati. Splošno zaupanje lahko prevlada samo, kadar je prisotna določena nepomembnost sebe, torej odmik od narativnega jaza.

Dodaten pomemben del optimalne izvedbe, v tekmovalnem športu, je ustvarjalnost. Vsi športniki so le-to poudarili in bila je dejavnik, zaradi katerega so doživeli izkušnjo kot še bolj veselo in posebno. Kohn (1992) izpostavlja, da so vsa tekmovanja, ki slonijo na ciljni motivaciji notranje slaba in da v nasprotju s splošnim prepričanjem, tekmovanje ne vodi k

izboljšanju izvedbe ali povišano produktivnosti. Navaja številne študije, ki vse dokazujejo, da tekmovanje slabša izvedbo in naredi posameznikovo odločanje, aktivnost in produktivnost manj ustvarjalno, manj spontano, manj kompleksno in manj raznoliko. Vsi športniki v raziskavi so bili tekmovalno orientirani; vsi so bili visoko motivirani, tako da so igrali najboljše kot lahko in bili so motivirani za zmago. Vendar pa, kar je očitno iz njihovih izkušenj je, da so spremenili svojo motivacijsko usmeritev iz ciljne v procesno (imenovana tudi mojstrska). Čeprav kažejo nekatere raziskave, da so vrhunski športniki bolj tekmovalni in da je to lahko povezano tudi z ego orientacijo in višjo ego motivacijo (Kajtna, Tušak in Tušak, 2002) pa postaja vse bolj jasno, da je takšen pogled poenostavljen, da ne moremo meriti tako kompleksnega procesa s kvantitativno metodologijo. Menimo, da je tovrstna usmeritev pomembna do tretje stopnje pridobivanje spretnosti (kompetentnejš, po Dreyfus in Dreyfus, 1986), marsikdaj tudi do četrte, strokovne. Na teh stopnjah je namreč v posameznih delih procesa še prisotna ločenost od okolja, ločenost v presojanju in neintuitivnost v odločanju. Na mojstrski stopnji pa je možnost izpolnitve minimalnega jaza prevelika, da bi imel narativni jaz takšno pomembnost. Ego motivacija namreč vedno postavlja posameznika v pozicijo primerjave z drugimi, kar prinaša vrednotenje sebe, svoje pozicije in spretnosti, glede na druge osebe. S tem torej intenzivira narativni jaz in vpliva na njegov razvoj. Z zavedanjem tega morda lažje razumemo, da ima lahko želja po zmagi negativne posledice (Orlick, 1988). Zlasti nizka samozavest, visoka anksioznost in na koncu, slaba izvedba se pogosto kažejo pri športnikih, ki imajo previsoke rezultatske cilje. V nasprotju s športniki, ki se bolj osredotočajo na dobro izvedbo (procesna orientacija) in, ki so bolj samozavestni, imajo manj anksioznosti in lahko nastopajo bližje svojim potencialom (Martens, 1987).

Po uspešni izvedbi

Po uspešni izvedbi akcije, športniki občutijo zadovoljstvo, srečo in se ponovno odprejo socialnemu okolju: slišijo ploskanje, spodbujanje, podporo gledalcev, kar športnikom še dodatno dvigne nivo energije. Njihovo samozavedanje se ponovno spremeni, tako da zaznavajo sebe kot celoto, vendar s poudarkom na nekaterih drobnejših podrobnostih telesa, npr. konice prstov ali samo noht, oči.

“Ko uspe, je en filing kot da ni dosti filingov, vse gre toliko lažje, vse ima smisel, sploh

ne razmišljaš, ali bi ali ne bi, samo oddelaš in vse ima smisel.”

Tovrstni občutki so ena od osnovnih značilnosti flowa (Nakamura in Csíkszentmihályi, 2001), ki so notranje močno nagrajajoči, povečajo notranjo motivacijo in pokažejo dodatno ter drugačno smiselnost v športni aktivnosti.

Iz analize rezultatov je tako razvidno, da je proces posamezne tekmovalne situacije, že samo v fazi njenega zaključevanja, zelo kompleksen in da ima športnik raznolika doživljanja na različnih nivojih. Da si bomo lažje predstavljali, kaj doživlja športnik v različnih fazah, ki smo jih opisali, predstavljamo različne vidike doživljanja bolj zgoščeno v tabeli. Ti so razporejeni v časovni kontinuum akcije, ki pripelje do optimalne oz. vrhunske izkušnje.

Tabela 5. *Predstavitev ključnih dejavnikov športnikovega doživljanja in kategorij v situacijsko-časovnem procesu razvoja optimalne športne izvedbe.*

vsebinsko časovna linija			
Težavna situacija	Trenutek pred novo akcijo	Optimalna izvedba	Uspešna akcija
celostno doživljanje			
ZASTOJ	TOČKA PREOBRATA	- FLOW - ZAUPANJE - ODSOTNOST JAZA - DVOJNI FOKUS - KREATIVNOST	ZADOVOLJSTVO
psihično doživljanje			
- ANKSIOZNOST, PANIKA - NEMIR	- ZAUPANJE IN NEMIR - ODLOČENOST	NOTRANJI MIR	- ZAVEDANJE INTEGRATIVNEGA JAZA, MINIMALNEGA JAZA - VISOKA MOTIVACIJA
socialno doživljanje			
NEGATIVNA SOCIALNA OCENA	POVEZANOST S SOCIALNIM OKOLJEM	- ODSOTNOST VPLIVA SOC. OKOLJA - PROCESNA ORIENTACIJA	POVEZANOST Z GLEDALCI
telesno doživljanje			
- NEPRIJETNI TEL. OBČUTKI - LOČENOST OD REKVIZITA	SPROŠČENO STANJE	- TELESNA MOČ - UTELEŠENA IGRALNA SITUACIJA	- SPROŠČENOST - VISOKA ENERGIJA

Do sedaj smo poskušali predstaviti doživljanje športnikov skozi časovni potek situacije, tako da bi bila lažje razumljiva dinamika doživljanja in njegovo spreminjanje. Sedaj pa bomo podrobneje pogledali še nekatere kategorije, ki so se pokazale kot pomembne v prvem raziskovalnem delu, torej pri (ne)fair play situacijah, tako da bo lažja primerjava med vsemi tekmovalnimi situacijami in doživljanjem v le-teh.

5.5.4. Zaznava medosebne povezanosti

Iz že predstavljenih rezultatov vidimo, da flow situacije izrazito okarakterizira močna povezanost med tekmovalcem in soigralcem, s katerim je skupaj v tej situaciji. Povezanost pa se lahko čuti tudi s celotno ekipo, trenerjem ter tudi navijači. Ob tem pa je jasno, da ima največji pomen za športnika povezanost s soigralci in da medtem ko v situacijah, v katerih niso bili uspešni, v teh ne slišijo trenerja in je ta zgolj enakovreden del ekipe, ki ima svojo vlogo, ter ne nek bolj pomemben člen.

“Čutim energijo od navijačev ... je bolj v prsnem košu. Lastno energijo pa (čutim) kar po celem telesu. Energijo od navijačev čutim bolj kot toploto, to svojo pa ... ne vem kako bi opisal, jo čutim bolj kot moč.”

“Zaupanje čutim tudi v glavi – s temi besedami, da lahko, da zmorem, da sem boljši, me obda pozitivna. Je v meni in okoli mene. Ne dobivam tega samo od sebe, ampak tudi od drugega, od svoje ekipe. Kot da bi bil okoli mene en ščit, ene dvajset centimetrov recimo.”

Ta povezanost kaže na proces integracije, katerega kot bistveni del flow izkušnje in tudi kot razvoja jaza postavlja tudi Csikszentmihalyi (1990). Pravi, da se proces integracije nanaša na združevanje z drugimi ljudmi, z idejami in z vsemi bitji, preko jaza. Pri tem dodaja, da je za te procese značilna krožnost, torej jaz se razvija skozi proces integracije (v povezavi z drugimi procesi) in hkrati je jaz tisti, ki omogoči ta proces (in druge).

V situacijah flowa se poleg tega kaže nevtralen odnos do tekmeca, odnos brez posebne valence. Športniki v teh situacijah zgolj opisujejo dejstva o tekmecu, o njegovem položaju,

gibanju, predstavlja jim le en del trenutne situacije. Razvidno je, da je pozornost športnika usmerjena, ki ima potencial čustvene valence, usmerjena bolj v kontakt s soigralci, medtem ko postavlja tekmeca oz. tekmece v enakovreden položaj z ostalimi situacijskimi dejavniki.

“Vedel sem, da je golman agresiven, da bo šel za mano. Je šel golman tako kot sem si zamislil, res za mano.”

“Ja bil sem pozoren na njegove kretnje, držo, občutim njegovo moč, od svojih (soigralcev) ne, ker sem proč od njih, z njim (tekmecem) pa sem v stiku. Smo v kontaktu, smo v borbi, se prerivamo, on me hoče spraviti iz ritma, jaz njega.”

“Od njega vidim samo praktično njegov hrbet, je obrnjen tako (pokaže), gleda me ne. Barvo dresa vidim, je rdeč. Ne vidim jasno, kot da je na koncu zabrisano, ker nisem tako skoncentriran na njegov dres, imam v spektru bolj njegovo roko in pozicijo njegovih nog. Z glavo gledam v svojega igralca, proti sredini, njegove telesne kretnje.”

“Čutim malo fizičnega dotika tekmeca. Dotik ... ne toplo, ne mrzlo, ne neprijetno, ne prijetno, ampak samo analitično, brez kakršnekoli energije, tudi ni sfokusirano, kje me drži, samo čutim nek tujek na telesu, ni pomembno kje, samo vem, da je on. Zaznavam njegovo prisotnost, je dva cela trinajst metra, stotrideset kilogramov. ... Čutiš bližino enega človeka, kot kadar si v vrsti v trgovini in čutiš, da je nekdo za tabo.”

V neuspešnih akcijah pa se kaže povsem drugačen odnos do vseh udeležencev v športu: trenerja se občuti kot pritisk, soigralce kot oddaljene ali se jih tudi krivi za neuspelo situacijo, tekmelec je sovražnik, ki povzroča strah ali pa je razvrednoten na pozicijo objekta. Športnik o vseh udeležencih tudi bolj razmišlja in v sami tekmovalni situaciji bolj zaznava njihove besede ter ocenjuje njihova pričakovanja. Zlasti je zaznati spremembe do odnosa s trenerjem, ki ga v situaciji flowa, večinoma športniki niso zaznavali niti fizično, v neuspešnih situacijah pa poročajo, da imajo več pozornosti nanj, spremljajo njegov odziv in ga tudi slišijo.

“Od trenerja slišim: »Dej, sej bo, ne kompliciraj pri šutu, vrži, poglej golmana, sej bo.» Zaznavam te besede kot spodbudo, in po drugi strani si mislim: »Joj, itak zdej pa še on, zdej je pa še on pameten, nej gre on, pa da ga vidim.«”

“Si mislim: »Joj, spet, sam sem naokoli pa ne morem dobiti lepe žoge. Nobenega ni okoli mene, pa mi ne more podati normalne žoge. Kot da se sesujem sam v seb noter, v telesu, tle, v srednjem delu, zaradi tega razočaranja (nad soigralcem).«”

“Tekmeca čutim v hrbtu, kot en pritisk od zadaj, kot bi me njegova energija potiskala. Je negativna energija, je njegova napadalnost in moj strah.”

“Tekmeca čutim spredaj, kot da bi se na eno omaro, zid naslonil. Kot da ima on več energije, nimam kontrole. Mi je neprijetno, čutim nemoč. Takrat nisem v povezavi s svojo o ekipo, poskušam pa delati po dogovoru, vem, kam bi moral iti.”

V teh situacijah je razviden proces diferenciacije med sabo in drugimi, na ločevanje sebe od drugih (Csikszentmihalyi, 1990). Posledično športnik povsem drugače doživlja situacijo, ne samo, da ne čuti podpore, ampak se lahko čuti izoliranega, tekmece pa hitreje doživlja kot boljše, premočne zanj. Prisotna so tudi spremljajoča čustva (kategorija: čustvovanje), in sicer je v odnosu do tekmeca prisoten strah, ki je pogojen s socialno oceno pomembnih drugih, zlasti trenerja.

“Prestrašenost je; ko že stotič falim, zdej bom šel pa ven, bo trener nezadovoljen, igralci ne bodo imeli več zaupanja vame, a mi bo še podal žogo ali ne, kaj bo zdej, da ne bodo zdej še kakšno novo krilo pripeljali, ker sem jst slab.”

“Negativne misli čutim bolj v glavi, tesnoba me pa stiska pri srcu, me je strah, pospešeno diham, bolj plitko, tudi ker imam tolko za lavfat. Takrat razmišljam tudi o starših, ker toliko vlagajo stalno vame, jih nočem razočarati, čeprav vem, da mi želijo dobro, tudi da šutiram.”

Anksioznost pomembno zavira različne telesne sposobnosti in ustvarjalnost. Wade (2012)

poudarja, da surferji, ki lahko izvedejo elemente, ki so bili nekaj desetletij nazaj še nepredstavljeni, te naredijo samo, kadar niso pod pritiskom in da jih ne morejo izvesti na tekmovanjih.

Kot je razvidno že iz predhodno predstavljenega primera, pa se v odnosu do soigralcev največkrat pojavi jeza, ki jo včasih športniki tudi izrazijo navzven. V teh primerih je razvidno, da v prvem trenutku športnik krivi soigralca za neuspelo akcijo, čeprav se skozi nadaljnji intervju pokaže, da je jezen tudi, morda celo predvsem nase, in da je ta reakcija povezana tudi z obrambo svojega jaza.

Bil sem jezen na soigralca, ko ni ujel (žoge). Me je takoj jeza napadla. Mi zavre v glavi, se mi nekaj nabije v glavi, en pritisk, mi rata bolj vroče, se razkurim na enkrat, sem živčen. Bi ga najraje počil, si mislim: »Zakaj si mi zdaj zajebal žogo.« Ko me trener pogleda se zaderem: »Kaj spet on, zakaj se ni odkril?«

5.5.5. Jaz

Csikszentmihalyi (1990) pravi, da je posameznikova izkušnja, odvisna od načina angažiranja psihične energije, kar pomeni od tega, kam posameznik usmerja svojo pozornost in od strukture pozornosti. Angažiranje te energije je povezano s cilji in nameni posameznika in vse te procese med seboj povezuje jaz. Do optimalne izkušnje in flowa pride, kadar so informacije, ki prihajajo v zavedanje, skladne s cilji in vloženo psihično energijo. V takšnem primeru ni potrebe za skrbi in za dvom v lastno ustreznost. Pozornost se lahko prosto investirana za doseganje cilja posameznika, ker ni motnje, da bi jo ustavila, ni grožnje, da bi se moral jaz braniti. Flow pomaga pri razvoju jazu, tako da postaja ta bolj kompleksen. Kompleksnost je posledica dveh psiholoških procesov: diferenciacije in integracije (Oyserman idr., 2012). Prva kaže na gibanje proti unikatnosti, k ločevanju sebe od drugih. Integracija pa se nanaša na združevanje z drugimi. Jaz postaja bolj diferenciran s premagovanjem izzivov, težav, ter posledičnim spoznavanjem posameznika, da ima svoje sposobnosti. Jaz se s tem okrepi, posameznik se počuti bolj edinstven in se s tem ločuje od drugih. Hkrati pomaga flow integrirati jaz. V stanju globoke koncentracije, ki je prisotna pri flowu, je zavest namreč neobičajno dobro urejena; misli, nameni, čustva in vsi čuti so usmerjeni v isti cilj (Nakamura in Csikszentmihályi, 2001). Doživljanje je v harmoniji in kadar se epizoda flowa konča, se

posameznik počuti bolj povezanega kot prej, ne samo notranje, ampak tudi glede na druge ljudi in na svet v splošnem. Kompleksen jaz je tisti, ki uspe združiti ti nasprotujoči si tendenci, ta dva procesa diferenciacije in integracije (Oyserman idr., 2012). Samo kadar posameznik investira enako količino psihične energije v oba procesa in se izogiba tako sebičnosti kot konformizmu, bo jaz bolj verjetno dosegel nivo kompleksnosti. Paradoksalno, jaz postane kompleksen kadar delujemo svobodno, zaradi akcije same in ne zaradi drugih motivov (avtotelična motivacija).

Oba procesa vidimo tudi pri naših rezultatih, saj športniki po eni strani opisujejo občutek moči, samozavesti in po drugi strani povezanosti, lahko z vsem, lahko s soigralci, navijači, ipd. Kar pa vidimo pri tem je, da skozi proces flowa jaz prehaja iz diferenciacije v integracijo in da po zaključeni situaciji ostane zgolj slednja. Zdi se, da Csikszentmihalyi pojmuje jaz bolj poenostavljeno, vsaj s primerjavami sodobnih kognitivnih in nekaterih psiholoških teorij. Zanj jaz "zajema vse, kar je šlo posamezniku kdaj skozi zavest: vse spomine, dejanja, želje, užitke in bolečine ter predstavlja hierarhijo ciljev, ki jih je posameznik izgradil v letih" (1990, str. 34). Večkrat tudi poudari pomen flowa za okrepitev samozavesti in jaza, za kar menimo, da je po eno strani poenostavljeno in po drugi strani ne povsem pravilno. Menimo, da ima flow možnost okrepiti jaz in to tako narativnega kot minimalnega. Vendar v analizi rezultatov ugotavljamo, da narativni jaz poslabša izvedbo ter onemogoča nadaljnjo doseganje vrhunske izvedbe ter flowa.

"Se preveč sam s sabo ukvarjam. Kot da bi imel polno glavo dvomov, neodločnosti, kot ena plehka roka, neki tako, kot ena spužva."

Že kot sam Csikszentmihalyi (1990) navaja, je doseganje flowa mogoče, kadar delujemo zaradi akcije same in ne zaradi kakšnih drugih, npr. materialnih motivov. Po drugi strani tudi piše, da je flow lahko tudi nevaren, ker lahko posameznik postane odvisen od iskanja občutkov in ujet v želeni red v umu (1992). Torej menimo, da to, kar navaja Csikszentmihalyi, drži za narativni jaz, ne pa tudi za minimalni jaz in da tega izpušča. Če športnik to diferencira, potem je sposoben ponovnega doseganja tovrstnih stanj in izvedb. Večina športnikov ne potencira takih izkušenj, predvsem zaradi situacije same, saj jih takoj za eno vrhunsko izvedbo čakajo nove in nove akcije.

“Tako, ko se to zgodi, če spelješ, je instantno zadovoljstvo, pa tudi hitro pozabiš, ker že moraš laufati v obrambo.”

Ilundain-Agurruza (2015b) piše, da svoje sposobnosti razvijemo s potiskanjem meja tega, kar menimo, da zmoremo. Podobno trdi tudi Csikszentmihalyi (1992), da kadar izberemo cilj in v njegovi smeri investiramo sebe do meja svoje koncentracije, bo karkoli naredimo, prijetno. Kadar iščemo meje svojih sposobnosti ali jih premikamo, je seveda možno tudi, da ne uspemo. Tveganje je integralen del razvoja sposobnosti, zaradi česar nam mora biti udobno ob možnem neuspehu, moramo se (dovolj) zavedati te možnosti in se vseeno povsem odločiti za delovanje (Csikszentmihalyi, 1992). V tej točki se omogoči izkustvo flowa, v tej točki se zgodi premik v moči narativnega jaza, saj s takšno odločitvijo zmanjšamo obrambni sistem narativnega jaza in s tem njegovo celotno vlogo. Hkrati se odpre možnost za avtentični, minimalni jaz (ipseity) in naše funkcioniranje skladno s tem. To omogoči dodatno psihično energijo, ki se lahko angažira v procese, ki so potrebni za vrhunsko izvedbo. Ta namreč zahteva ohranjanje ravnotežja odziva med neosebnim, avtomatiziranim in predreflektivnim procesom ter med intenzivno koncentracijo, reflektivnim spremljanjem svojega gibanja, propriocepcije in druge dinamike, ki je pogosto potrebna za ustvarjalnost in spontanost (Breivik, 2013; Ilundain-Agurruza, 2015a). Torej, s tem je mogoča boljša integracija zavestnih funkcij in nezavednih, refleksnih funkcij. S preučevanjem značilnosti vrhunske izvedbe se je ukvarjal tudi Dreyfus (2004), ki trdi, da lahko posameznik deluje na stopnji strokovnjaka in še zlasti na stopnji mojstra, kadar ima dovolj mentalne energije in odprtosti, tako za celosten pogled na trenutno situacijo kot za intuitivno odločanje ter delovanje. Brez tega je lahko nekdo zelo sposoben, tudi spreten pri določeni spretnosti, vendar pa ne more doseči najvišjih nivojev. Mojstrska izvedba (ki se jo izkusi tudi kot flow) je mogoča samo, kadar strokovnjak, ki ne potrebuje več vodil, preneha zavestno usmerjati pozornost na svojo izvedbo in pusti mentalni energiji, predhodno uporabljeni za nadzorovanje izvedbe, da vzpostavi ustrezno perspektivo in aktivnost povezano s to, ki je pogosto kreativna.

Tabela 6. *Pet stopenj pridobivanja spretnosti (Dreyfus in Dreyfus, 1986, str.50)*

<i>Nivo spretnosti</i>	<i>Prepoznavnje</i>	<i>Perspektiva</i>	<i>Odločitev</i>	<i>Predanost</i>
1.novinec	razkrojeno	brez	analitična	ločena
2.napreden začetnik	razkrojeno	brez	analitična	ločena
3.kompetentnejš	razkrojeno	izbrana	analitična	ločeno razumevanje in odločanje, vključeno v izhod
4.strokovnjak	celostno	izkušena	analitična	vključeno razumevanje, ločeno odločanje
5.izvedenec/mojster	celostno	izkušena	intuitivna	vključen
"preko racionalnosti"				
5 b. flow	celostno	izkušena	intuitivna	vključen; brez spremljanja

O takšni celostni prepoznavi situacije in o intuitivni odločitvi poročajo tudi športniki v raziskavi.

"Sem nekako ... kot en občutek, ne vem, kot da bi videl, da sem imel boljši pregled nad situacijo, v celoti, se pravi, da tudi če on (op.a. soigralec, ki je ravno tako videl kaj se dogaja in sta se oba hkrati prilagodila, na isti način, tako da mu je naš športnik lahko podal žogo) ne bi bral situacije, bi še zmeraj imel možnost se obrniti na drugo stran in podati drugemu igralcu."

V takšnem stanju mnogi športniki dosegaajo svoje najboljše rezultate, ob čemer imajo občutek lahkotnosti in občutek, da za dosego tega, niso potrebovali nobenega posebnega napora (King, 2006; Locke, 2001). Ta integracija in enotnost telesnih in umskih procesov se kaže tudi v elegantnosti izvedbe. Glede na ugotovitve Ilundaina-Agurruze (2015a), pa je odnos med (narativnim) jazom in telesno izvedbo, krožen. Torej, po eni strani odmik od (narativnega) jaza omogoča boljšo telesno izvedbo in po drugi strani popolno predajanje vadi, zmanjšuje občutek (narativnega) jaza. Športniki, ki to zmorejo, se ne soočajo s situacijo, ampak presežejo sebe v njej in so lahko elegantni, tudi če jim je težko (prav tam). Že predhodno smo predstavili skladnosti med narativnim jazom in osebnostjo ter Zahavijevo pobudo, da bi oboje kar poenotili. Tako da je smiselno pogledati še raziskave, ki govorijo o osebnostnih lastnostih, ki omogočajo vrhunsko izvedbo. Nekatere raziskave (Woodman, Roberts, Hardy, Callow in Rogers, 2011) menijo, da je narcisizem zaželena značilnost športnikov, da bodo takšni športniki bolj uspešni v stresnih situacijah. Športniki, ki so obsedeni s sabo in samozavestni glede svojih sposobnosti, bodo bolj verjetno

uspešni pod pritiskom, ker jim tekmovanje omogoči možnost za uresničitev želje po slavi (Roberts, Woodman, Hardy, Davis in Wallace, 2013). Vendar pa to nasprotuje ugotovitvam Csikszentmihalyija (1990), da je avtotelična osebnost [ang. *autotelic personality*] tista, ki je skladna s pogostejšo optimalno izvedbo in s stanjem flowa. Tozadevna osebnostna struktura označuje posameznike, ki običajno delajo stvari zaradi njih samih in ne zaradi doseganja kasnejših zunanjih ciljev. Nihče ni popolnoma avtoteličen, temveč smo ljudje v razponu, na katerem imajo nekateri več in drugi manj tovrstnega življenjskega pristopa. Avtotelična oseba potrebuje malo materialne lastnine in malo zabave, udobja, moči ali slave, ker ji je toliko tega, kar počne, že samo po sebi nagrajajoče. Manj se obremenjuje sama s sabo, in ima torej več psihične energije, s katero lahko doživi življenje. Mi se sicer ne osredotočamo na osebnostne lastnosti in v povezavi s flowom govorimo predvsem o sposobnosti preklopa iz osredotočenosti nase in obremenjenostjo s svojo podobo, zlasti v socialnem kontekstu, na sprejemanje in delovanje v sedanjem trenutku, takšnem, kot je. Vendar pa se zdijo smiselne Csikszentmihalyijeve ugotovitve, da lažje naredi ta prekop nekdo, ki je že po svoji naravi manj egocentričen, čeprav verjetno nobena osebnostna struktura ni izključena iz možnosti tega preklopa. Vendar pa Csikszentmihalyijevo teorijo podpira tudi dognanje, da ima večina vrhunskih športnikov nižjo identiteto jaza (Masten, Tušak in Faganel, 2006).

6. Poskusne teorije

Do sedaj smo podrobneje predstavili posamezne kategorije¹³ in podkategorije, ki so se izkristalizirale skozi vsebinsko analizo intervjujev ter jih umestili v kontekst raziskovalnih ugotovitev drugih avtorjev. Že ob tem je razvidno, da se kategorije med seboj povezujejo in prepletajo. Zaradi tega, in ker je cilj fenomenološkega raziskovanja postavitev poskusne teorije¹⁴, v nadaljevanju, predstavljamo povezavo zgoraj predstavljenih kategorij in pomembnih dejavnikov. Poskusne teorije so postavljene tako, da smo kategorije med seboj primerjali in raziskovali možne odnose med njimi. Prva poskusna teorija je izpeljana za področje vedenj skladnih ali neskladnih s fair playem. Pri tej smo upoštevali kateri dejavniki (ki se kažejo skozi dobljene kategorije) vplivajo na tovrstno vedenje, športnikovo oceno namenskosti posameznih dejanj v situaciji ter časovni pomen teh dejavnikov v relaciji s sprožilno situacijo in (ne)športnim vedenjem ob tej.

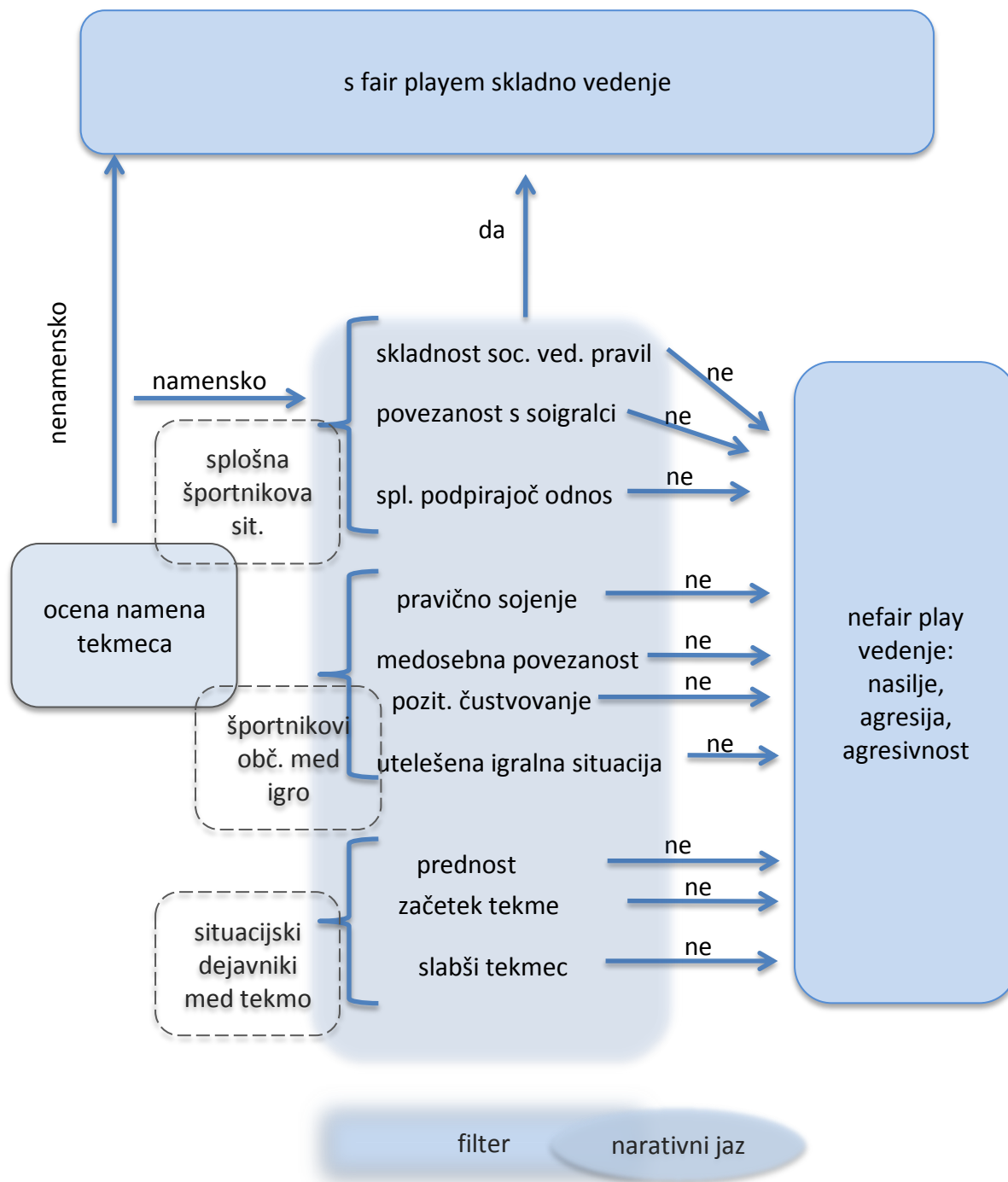
Druga poskusna teorija povezuje rezultate, ki smo jih dobili na podlagi preučevanja situacij flowa. Podobno kot pri predhodni poskusni teoriji nas je zanimalo kateri faktorji (izraženi v kategorijah) vplivajo na pojav flowa, kako se ti dejavniki časovno manifestirajo v situaciji ter kako so med seboj povezani.

Tretja poskusna teorija pa združuje obe preučevani tematiki, torej ponazarja kateri dejavniki oz. kategorije so skupne tako v situacijah fair playa kot v situacijah flowa. Tu smo se osredotočili zgolj na podobnosti obeh vrst situacij, tako da smo pregledali katere kategorije se prekrivajo v obeh primerih.

¹³ Osnovna predstavitev kategorij je podana na straneh od 92 do 104.

¹⁴ Kot je navedeno že na str. 80, je izraz »poskusna teorija« sodoben prevod za angleški pojem »grounded theory«, kot se uporablja v raziskovalni fenomenologiji.

6.1. Topološki sistem dejavnikov in notranje dinamike za (ne)fair play vedenje



Slika 9. Poskusna teorija o vzročno časovnem zaporedju v procesu nastajanja nefair play vedenja oz. vedenja skladnega s fair playem.

Na osnovi preučevanja tekmovalnih situacij, v katerih se športniki vedejo skladno s fair playem ali v nasprotju s tem, smo poskušali postaviti vse ugotovljene pomembne dejavnike v model, s svojo vzročno posledično in časovno dimenzijo. Kljub govoru o vzročno - posledični povezavi pa naj izpostavimo, da to pojmujeemo znotraj preučevanega konteksta (kot velja za vse poskusne teorije) in poleg tega ta odnos pojmujeemo kot povečanje verjetnosti za neko dejanje in ne kot nekaj absolutnega. Toliko bolj je to pomembno, ker so vsi predstavljeni dejavniki med seboj prepleteni. V principu pa velja, da več kot je dejavnikov v filtru oz. narativnemu jazu zaznanih kot neustreznih, večja je verjetnost za nefair play vedenje oz. reakcijo.

Poskusna teorija razlaga, da se v situaciji najprej pojavi sprožilec, to je tekmečevo vedenje, ki športniku predstavlja potencialno provokacijo. Za to potem športnik presodi, ali se nanjo zahteva odgovor oz. ali je odgovor smiseln. To presojanje poteka na predreflektivnem nivoju in avtomatizirano, torej se ga športnik primarno ne zaveda. Do faktorjev, ki vplivajo na to presojanje oz. na osnovi, katerih se športnik odloča smo prišli s fenomenološkim poglobljanju v posamezne situacije.

Prvi in najpomembnejši faktor na osnovi katerega se športnik odloča, je ocena tekmečevega *namena* za provocirajoče vedenje. Športnik, npr. presoja, ali ga je hotel tekmeec namerno udariti, ali je bila provokacija narejena iz nemoči, ali je bila narejena kot posledica situacijske slučajnosti, npr. da je tekmeecu zdrsnilo in je po pomoti, ko je lovil svoje ravnotežje, udaril drugega športnika. Če presodi, da tekmečevo vedenje ni bilo namerno, potem ne odgovori z nešportnim vedenjem, temveč izvede s fair playem skladno vedenje. Če presodi, da je bilo tekmečevo vedenje namenoma nešportno, potem presoja naprej, glede na druge, zanj pomembne faktorje. Naslednji faktor, ki so ga športniki še poudarjali kot enega pomembnejših je presoja, ali je bilo tekmečevo vedenje v skladu s *socialno vedenjskimi pravili* njihove športne panoge. Večkrat so ti neformalni dogovori za športnike pomembnejši od formalnih pravil. Na primer, v hokeju velja nenapisano pravilo, da če gre tekmeec v preveč grob kontakt s športnikom nasprotne ekipe, potem naj bi soigralci te ekipe poravnali ta grob kontakt s pretepom, ki je formalno kaznovan in športnik, ki bo to naredil, bo izključen. Vendar pa športnikom to pomeni, da pokažejo tekmeecu, da so ekipa, da držijo skupaj in se borijo drug za drugega. S tem

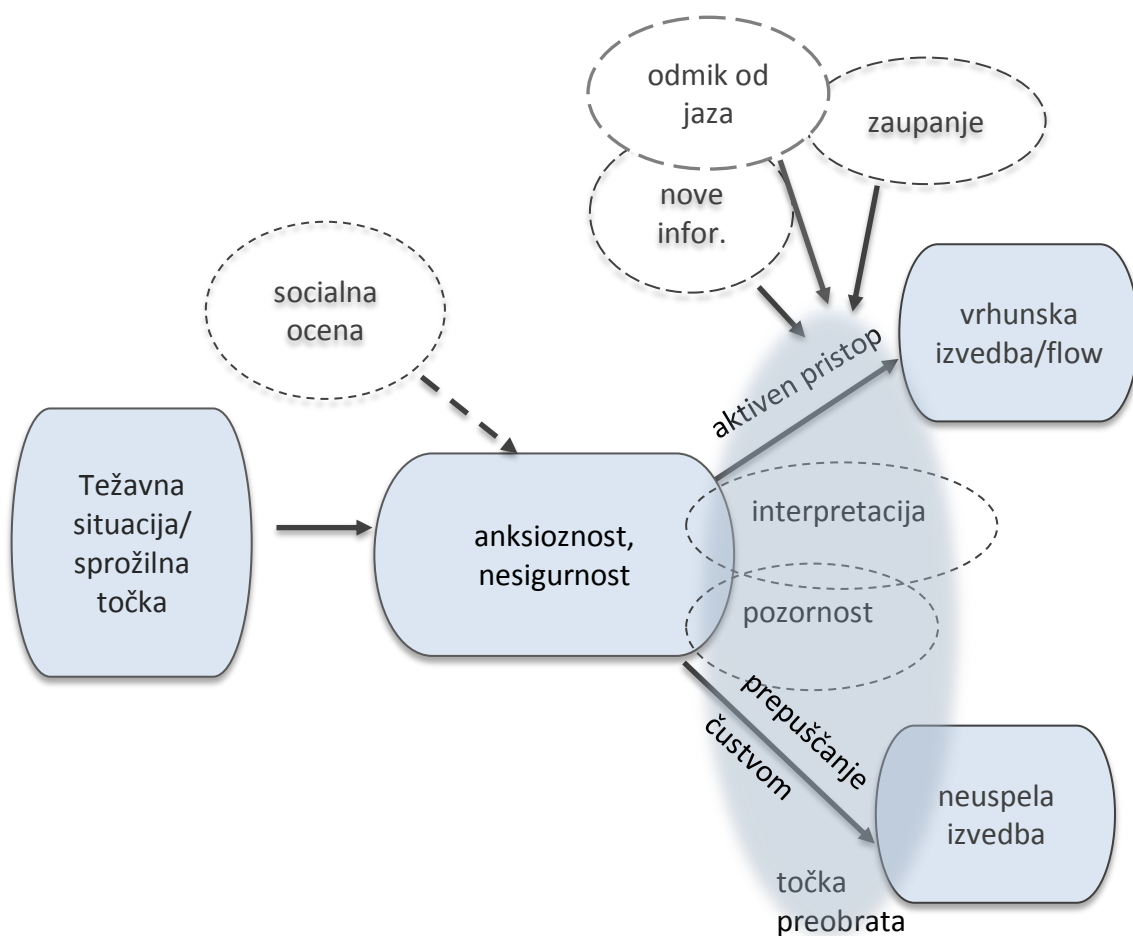
pridobijo spoštovanje članov nasprotne ekipe oz. izgubijo spoštovanje, če tega ne naredijo. Nenapisano pravilo jim je torej pomembnejše od napisanega. Torej, če športnik presodi, da je tekmečevo vedenje v okviru neformalnih in formalnih pravil igre, potem ne odreagira nešportno. Od tu naprej pa obstaja cel niz dejavnikov, ki vsak po svoje doprinašajo k odločanju o ustreznosti tekmečevega vedenja in posledično o reakciji športnika, na katerega je bilo to vedenje usmerjeno. Ti različni dejavniki so kot filter za odločanje. Na primer, če športnik oceni, da je bil do njega nešporten tekmeček, ki je šibkejši, potem ne bo agresivno odreagiral, temveč se bo držal svojega vedenja, skladno s fair playem. Vsi dejavniki v filtru vplivajo na športnikov odgovor in so včasih med seboj prepleteni, tako da ne vpliva zgolj en dejavnik, ampak kombinacija večih. To zlasti velja v primeru situacijskih dejavnikov med tekmo. Analiza rezultatov je tudi pokazala, da so dejavniki, ki so zajeti v filtru, povezani z oceno sebe oz. svoje ogroženosti ali ogroženosti svoje socialne pozicije oz. socialne podobe, kar zajema kateogrija narativnega jaza. Torej športnikov jaz je boljši prediktor za (ne)fair play vedenje kot pa igralna situacija oz. faktorji v tej, vendar pa se oboje konstantno prepleta. Zaradi tega je odločanje dinamičen proces, ker se pri temu izmenjuje večje število dejavnikov, katerih moč se spreminja.

Filter obarvajo vse statične okoliščine, poleg tega pa nanj vplivajo še drugi dejavniki, kot je priprava na tekmo, športnikova teorija uma, torej njegovo sposobnostjo presojanja mentalnih stanj tekmečka, tj. tekmečevih prepričanj, namenov, želja, znanja, ipd. Teorija uma zajema tudi posameznikovo zavedanje, da ima lahko drug človek drugačna prepričanja, namene in želje kot on sam in da je lahko perspektiva drugega drugačna (McHugh in Stewart, 2012). Za razumevanje dogajanja v teh situacijah se lahko opremo na avtopoietsko teorijo, ki govori o zmožnosti organizma za lastno vzdrževanje [ang. self-maintaining], da avtopoietski mehanizmi delujejo kot lastno generiran sistem povratnih informacij, ki se ga ne more ločiti od tistih, ki jih uporabljajo (Maturana in Varela, 1987). Glavni dejavnik, ki generira sistem je, v našem primeru, narativni jaz. Dejavniki, ki so del filtra so perturbacije, ki ne morejo spremeniti vedenja, ampak ga lahko samo sprožijo. Torej, to so okoliščine in ne kavzalni dejavniki. Vedenje pa lahko vzročno povzroči dinamika organizma, ki je iz fenomenološkega vidika, notranja dinamika, tj. jaz, ki je dejanski odločevalec.

V primeru razumevanja nešportnih vedenj, ki niso odgovor na tekmečevo vedenje, ampak jih športnik sproži prvi, pa je potrebno upoštevati samo dejavnike, ki so zajeti kot filter za vedenje (torej brez ocene namena tekmečevega vedenja). Tudi v primeru takšnih odločanj je persoja predreflektivna, vendar pa je v nasprotju s predhodno obravnavanimi vedenji ta predreflektivnost sekundarno naučene v športnih situacijah, skozi športnikove izkušnje. V primeru prvih obravnavanih situacij, pa je predreflektivno vrednotenje dejavnikov primarnejše, bolj povezano z vrednotami naučenimi v otroštvu, torej izhajajočimi iz splošnega življenja in potem preneseno v športni kontekst. Če želi športnik spremeniti svoja vedenja, ki izhajajo iz le-teh, potem jih mora najprej ozavestiti in se jih zavestno učiti kontrolirati.

6.2. Izkušnja prehoda v stanje flowa

Naša druga večja tematika preučevanja so bile situacije zelo uspešne, vrhunske izvedbe (ob kateri lahko pride do izkušnje flowa) in neuspele situacije. Sledenje niso dodale kaj bistvenega k našemu razumevanju doživljanja športnika, tako da smo se bolj osredotočili na prve. V tej poskusni teoriji smo sicer upoštevali obe vrsti situacij, s poudarkom na flowu in smo združili dobljene dejavnike, pomembne za prehod k vrhunski izvedbi, v časovno vzročni model.



Slika 10. Poskusna teorija o vzročno-časovnem vplivu dejavnikov na proces oblikovanja dveh možnih vrst vedenjskih odzivov, ki pripeljejo do uspešne ali neuspešne izvedbe.

Kot je razvidno na sliki, je *sprožilna točka* za možno vrhunsko izvedbo težavna situacija, v kateri športnik ne more odigrati skladno s pričakovanji in pripravami, hkrati pa je situacija, ki je zanj pomembna in ima močnejšo željo, da bi bila zanj uspešna. Zaradi tega notranjega konflikta: po eni strani želja za uspehom in po drugi strani onemogočanje tega, se pojavijo anksioznost (del kategorije: čustvovanje), nemir in negotovost. Na doživljanje anksioznosti vpliva predpostavka o socialni oceni, negativnem vrednotenju s strani pomembnih drugih, kot so trener, soigralci, najbližji (del kategorije: doživljanje stanja odnosov). Ta se kaže v negativnih mislih športnika in v telesnem odzivu, ki je večinoma izražen kot mišična napetost. Od tu naprej sta možna dva različna izhoda, eden gre v smeri neuspele izvedbe in drugi v vrhunsko izvedbo (verjetno so mogoči tudi vmesni izhodi, pogojeni s stopnjo razrešitve anksioznosti, česar pa nismo obravnavali, tako da

tega ne moremo zanesljivo trditi). Od tu naprej se začne odločati, v kateri smeri bo šla športnikova izvedba, zato smo ta del procesa in doživljanja v njem, poimenovali *točka preobrata*. Ključen dejavnik je soočanje z anksioznostjo, pri čemer je zlasti pomembna interpretacija. Ali športnik zaznava, da ima (dovolj) kontrole nad simptomi anksioznosti, ali ne. Kadar zaznava, da ima kontrolo, potem presodi, da mu bodo ti olajšali izvedbo, če pa presodi, da jih nima pod kontrolo, bo menil, da škodijo njegovi izvedbi. V tem primeru se bo zaznavanje težavnosti situacije še stopnjevalo, s tem pa tudi čustvovanje in celoten spremljajoči odziv (torej telesni in kognitivni). Ta bo preveč prevzel športnika, kar bo pomembno poslabšalo njegovo izvedbo. Tako kot smo poudarili že predhodno, to ni reflektirana, temveč avtomatična, predreflektivna odločitev.

Druga možnost pa je, da se športnik ne prepusti anksioznosti, da se odloči za aktivno soočanje s celotno situacijo, prevzame odgovornost, ne glede na možnost negativnega izhoda. Kot smo videli že predhodno, je to bistvena značilnost *odmika od jaza*. S to odločitvijo se čustvovanje umiri, s čimer se sprosti del psihične energije, ki jo športnik avtomatično investira v pozornost, s pomočjo katere bolj celostno zaznava in presoja situacijo, v kateri se je znašel. Dodatno smo ugotovili, da pot do optimalne izvedbe olajšata še dva faktorja: reakcija na specifične spremembe oz. značilnosti situacije ter zaupanje (del kategorije čustvovanje). Športniki zanzavajo, da je slednje povezano tudi z njihovo intuicijo, s pomočjo katere se lažje pravilno odločajo v dani situaciji. Povezava opisanega jim omogoči vrhunsko športno izvedbo.

Zaupanje in odmik od jaza se zdita najpomembnejša faktorja za razvoj optimalne izvedbe. Sprva je doživljanje zaupanja objektivirano in je torej usmerjeno k športniku samem in včasih k interakciji z njegovim(i) soigralcem/ soigralci. Posledično je lahko dojeta kot samozavest in občutek lastne sposobnosti. Tekom akcije pa postaja zaupanje vedno bolj splošno in celostno, iz: *“zaupam vase, v soigralce in da bo vse v redu”* do splošnega, celostnega zaupanja:

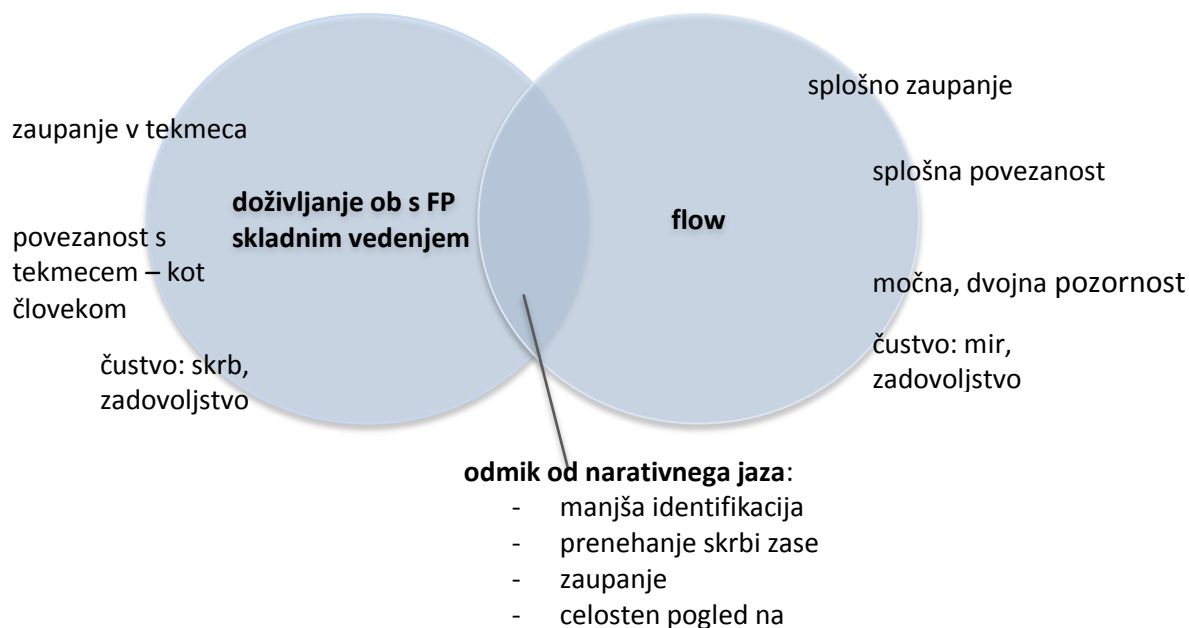
“Vse je O.K., tako kot je, tudi če zadanemo ali ne. Nekako se je vse združilo v eno točko, vsa preteklost, vse, kar je moje življenje bilo do takrat, je bilo samo O.K.. Biti v trenutku in igrati v tej situaciji je samo, kakor je moralo biti in je bilo popolnoma O.K.. In vedel

sem, da karkoli se zgodi, bo O.K.”

Čeprav je samo nekaj intervjuvanih športnikov imelo podobno globoko in integrirano izkušnjo, kot je prikazuje zadnji primer, pa so vsi opisali občutek splošnega zaupanja v celotno situacijo, kot se je odvijala v tisti določeni točki. Kljub temu pa je pri vseh razvidno, da jim postane njihov narativni jaz manj pomemben ali celo nepomemben.

Še enkrat pa bi želel izpostaviti, da je raziskava temeljila na vzorcu vrhunskih športnikov in njihovih uspehah oz. neuspehah. Ob tem smo poskušali potegniti zaključke, ki bi nam omogočili čim bolj celostno razumevanje, ki bi lahko pomagalo tudi športnikom. Kar bi želeli izpostaviti ob tej poskusni teoriji je, da je v primeru našega vzorca, aktiven pristop športnikom pomagal do vrhunske izvedbe, vendar pa to ne pomeni, da bi bilo tako tudi pri drugih športnikih. Enako velja za ostale vplive ugotovljenih dejavnikov, zaradi česar imenujemo te vrste teorij, poskusne teorije. Za preverjanje njihove veljavnosti bi potrebovali bolj raznolik in večji vzorec.

6.3. Povezava med fair playem in narativnim jazom



Slika 11. Prikaz povezave med doživljanjem ob s fair playem skladnim vedenjem in med flowom kot doživljanju ob vrhunski izvedbi.

Doživljanje v flowu in doživljanje v situacijah, ki so skladne s fair playem ima nekaj skupnih značilnosti in se preklaplja v odmiku od narativnega jaza. V obeh situacijah se namreč športnik oddalji od skrbi zase, za svojo pozicijo, vrednost, mnenje, ki ga imajo drugi o njemu ipd. To se kaže tudi skozi manjšo identifikacijo s situacijo, v kateri je, v večjem zaupanju in v celostnem pregledu nad situacijo v kateri je. Poleg tega je razvidno še nekaj dodatnih podobnosti v dveh različicah doživljanja, in sicer v občutku povezanosti in zaupanju. V primeru flowa je oboje sicer bolj splošno in nima usmerjenosti v katerikoli objekt, medtem ko so v primeru fair play vedenj vsi ti faktorji ožje usmerjeni na drugega človeka. Tudi v primeru čustvovanja, vidimo v obeh vrstah situacij, skladnost, saj lahko v obeh primerih športnik začuti določeno zadovoljstvo. Zanimiv se nam zdi tudi odnos do tekmeca, saj ima športnik v primeru fair play situacij skrben odnos, v situacijah vrhunske izvedbe ima nevtralen odnos in v situacijah nefair playa ima sovražen ali objektivizirajoč odnos. Tako se zdi, da je doživljanje v situacijah vrhunske izvedbe sredinska točka med obema skrajnostma, vezanima na fair play.

7. Zaključek

V raziskavi smo preučevali dve večji področji, in sicer področje doživljanja fair playa oz. nefair playa in vedenja v povezavi z obema ter področje vrhunske izvedbe in neuspele izvedbe. Namen projekta je bil raziskati doživljanja vrhunskih športnikov v določenih tekmovalnih situacijah, kar naj bi pripeljalo do boljšega razumevanja njihovega odnosa do športa in odnosa do fair playa. Zanimalo nas je, kako športniki pojmujejo fair play, kako vidijo njegovo uporabnost, kdaj delujejo v skladu z njim in kdaj ne. V okviru tega nas je zanimal vpliv tako notranjih kot zunanjih dejavnikov in njihovega načina vpliva. Želeli smo spoznati dinamiko doživljanja športnikov v različnih športnih situacijah, tudi v tistih, ki so sorodna v doživljanju s situacijami (ne)fair playa, pa ne pripeljejo do nešportnega in niti do izrazito športnega vedenja. Poskušali smo tudi eksplicirati, kateri različni dejavniki lahko vplivajo na delovanje športnika in odkriti načine, na katere lahko ti vplivajo.

Zlasti na področju tematike fair playa in vseh dejavnikov, ki lahko vplivajo nanj, smo že ob pregledu literature ugotovili, da se prepleta s koncepti, ki so precej raznoliko pojmovani in da pri tem vlada terminološka zmeda, zaradi katere smo se potem pri vsakem konceptu odločili, kateri opredelitvi ali sklopu teh bomo sledili in se nanje podrobneje obračali. Odločili smo se, da bomo za raziskovanje uporabili kvalitativno metodologijo, saj kvantitativna, do sedaj, ni dala pravega razumevanja in odgovorov na vprašanje, zakaj vrhunski športniki ne uporabljajo fair playa več in zakaj so njegove kršitve tako pogoste. Poleg tega tudi sam predmet raziskovanja, torej preučevanje doživljanja, zahteva fenomenološko (torej kvalitativno) metodo. Da bi lahko dobili čim več podatkov, smo se odločili, da bomo kot tehniko uporabili polstrukturiran globinski (eksplikativni) intervju.

V raziskavo je bilo vključenih štirinajst vrhunskih športnikov, po dva športnika in dve športnici iz vsakega kontaktnega ekipnega športa. Izjema je bil hokej, kjer v Sloveniji nimamo ženske ekipe oz. posameznic, na dovolj vrhunskem nivoju.

7.1. Povzetek odgovorov na raziskovalna vprašanja

Raziskava nam je dala precej podatkov, ki smo jih najprej razložili individualno in linearno, zatem pa smo jih povezali v medsebojne relacije, skupaj z njihovo vzročno in časovno dimenzijo. V nadaljevanju jih bomo poskušali še povzeti s pomočjo prvotno zastavljenih raziskovalnih vprašanj. V enem primeru smo odgovor na dve raziskovalni vprašanji združili, ker sta odgovora na ti posamični vprašanji preveč prepletajoča, da bi bilo ločevanje smiselno oz. bi se v primeru delitve na dva odgovora po nepotrebnem ponavljali.

1. Kateri psihološki dejavniki določajo ozadje oziroma izvor fair playa in kako vplivajo na njihovo doživljanje ter vedenje v tekmovalni situaciji?

Odgovor na to vprašanje je najbolj obširen in hkrati osreden v pričujoči raziskavi. Z zavedanjem, da v takšnem povzetku ne bomo mogli predstaviti celotne dinamike in podrobnosti posameznih dejavnikov, bomo poskušali izluščiti najpomembnejše dele. Hkrati pa naj poudarimo, da je odgovor na to vprašanje zajet praktično v celotnem poglavju Rezultati in interpretacija.

V osnovi bi lahko psihološke dejavnike, ki so v ozadju fair playa ločili na tiste, ki so del splošne športnikove situacije in na tiste, ki so del njegovega doživljanja med igro samo. Dejavniki splošnega športnikovega življenja ravno tako vplivajo na športnikovo doživljanje in zaznavanje situacij med tekmo, vendar pa so, za razliko od dejavnikov doživljanja med igro, neke vrste baza, na katero se postavijo ostali, bolj specifični dejavniki. S tem tudi določajo ton presojanja dejavnikov in situacij, ki se sprožijo v konkretni športni situaciji.

Najpomembnejši dejavnik, ki določa in/ali vpliva na druge dejavnike, je jaz in bolj specifično *narativni jaz*. Ta zajema posameznikovo osebno identiteto, vključno s socialno identiteto, osebnostjo, navadami, prepričanji, življenjskim stilom, osebno zgodovino ipd (npr. Parnas, 2007). Ena od prepričanij so socialno vedenjska pravila, na osnovi katerih si športniki postavljajo, kaj je pomembno v življenju in v specifičnih situacijah, torej v športu. Na osnovi teh se tvorijo norme in po njih športnik oblikuje svoje vedenje ter vrednoti vedenje drugih, tudi kadar gre za nenapisana športna pravila (npr. Tajfel in Turner, 2004; Hogg, 2006; Oyserman idr., 2012). Norme so precej ponotranjene, s tem tudi precej

močne in na posameznika vplivajo na predreflektivnem nivoju (npr. Haidt, 2013). Ob kršitvah teh bo večja verjetnost, da bo športnik odreagirano nešportno. Na osnovi svojega narativnega jaza se športnik uči tudi o odnosih in jih na osnovi tega, oblikuje. To kako *doživlja odnose v svojem življenju* je eden od ključnih dejavnikov, ki vplivajo na športnikovo vedenje v tekmovalnih situacijah. Pomembno je doživljanje praktično vseh odnosov, najpomembnejši pa so družinski odnosi, kar se potrjuje tako skozi intervjuje kot na vprašalniku vrednot ($M=95,36$; $SD=8,39$). Naslednji ključni odnosi so s *soigralci*, in sicer je pomemben *občutek povezanosti* z njimi, pri čemer je pomembna predvsem socialna, odnosna povezanost in ne povezanost s cilji. Pri obeh vrstah odnosov je ključen občutek bližine. Če športniki nimajo svoje družine blizu sebe, bo večja verjetnost, da bo njihovo vedenje neskladno s fair playem. Enako velja v primeru odnosov s soigralci, če se ne bodo čutili povezane z njimi in sprejete, se bodo bolj verjetno vedli nešportno. Vplivajo pa tudi prijateljstva, odnos s trenerjem in drugimi funkcionarji. Osebni odnosi izven športa vplivajo tako, da določajo oz. stabilizirajo del identitete športnika, kar pomeni, da ni njegov narativni jaz odvisen samo od njegovega športnega uspeha, ampak ima še druge, stabilnejše temelje. Ob dobrih, spodbujajočih odnosih ter fizični prisotnosti bližnjih (zlasti kadar so športniki locirani v tujini) ima športni uspeh na posamezni tekmi manjši pomen za športnika, kot brez teh (skladno z Andersen in Tod, 2006). V primeru odnosov znotraj ekipe oz. kluba, pa je za športnike najpomembnejši občutek, da ne bodo vrednoteni za vsako napako, ki jo naredijo, da imajo vsaj določeno varnost v svojem "delovnem" okolju in občutek, da jim trener zaupa (skladno z npr. Carron idr., 2007; Eys idr. 2015).

Kot smo že navedli, se naslednji sklop dejavnikov nanaša na športnikovo doživljanje med igro, znotraj katerega naslednji dejavniki ključno vplivajo na možnost nefair play vedenja: čustvovanje, zaznava tekmeca in utelešena igralna situacija. Pri *čustvovanju* se predvsem *jeza* povezuje z nešportnim, agresivnim in nasilnim vedenjem, pomembnejši pa je lahko tudi vpliv *strahu*. Oba čustva vplivata na športnika na dva načina: povečujeta verjetnost negativne interpretacije vedenja tekmeca in pospešujeta vedenjski odgovor športnika (npr. Milivojević, 2008; Haidt, 2013). V okviru negativne interpretacije športnik običajno oceni, da je bilo tekmečevo vedenje namensko škodovalno, njegove reakcije so takrat bolj avtomatizirane in možnost reflektiranega odgovora manjša. Športnik lahko različno vrednoti tekmeča, če ga zaznava ali kot sovražnika ali kot objekt, je nešportno vedenje

bolj verjetno. Če zaznava tekmece kot prijatelja ali kot človeško bitje, potem bodo velike možnosti za fair play vedenje. *Uteležena tekmovalna situacija* pa označuje povezanost z igralnim okoljem in rekvizitom, npr. žogo, palico, pakom. Večja kot je ta povezanost, manjša je verjetnost za nešportno vedenje. Športniki s tovrstnim doživljanjem povezujejo tudi svoj občutek pripravljenosti oz. forme. V splošnem kakršnakoli povezanost in integriranost z okoljem zmanjšuje verjetnost nefair play vedenja in lahko tudi povečuje verjetnost fair play vedenja, medtem ko kakršnakoli ločenost povečuje verjetnost za nefair play vedenje. Ločenost indicira večjo obrambno naravnost narativnega jaza in občutek posameznika, da mora poskrbeti zase, po drugi strani pa povezanost povzroči občutek sprejetosti, zaupanja in s tem varnosti (npr. Parnas, 2007; Jiang, idr. 2009; Oyserman idr., 2012) .

2. Kateri zunanji dejavniki vplivajo na bolj ali manj moralne (re)akcije v tekmovalnih športnih situacijah?

Najpomembnejši zunanji dejavniki, ki vplivajo na nemoralna vedenja so tisti, ki se zgodijo v toku tekmovalne situacije in skozi analizo intervjujev se je pokazalo, da so to: situacijska prednost, čas v tekmi in nivo tekme. Situacijska prednost zajema dve možni prednosti, ena je rezultatska in druga je prednost v določeni akciji. V primeru, da ekipa športnika trdno in varno rezultatsko vodi, je izjemno majhna verjetnost, da bi športnik naredil karkoli nemoralnega. Po drugi strani pa lahko športnikom veliko pomeni tudi, da so bili v nekem spopadu (duelu) boljši od tekmece. Če bodo zaznali, da so boljši ali vsaj enakovredni s tekmečem, potem ni večje verjetnosti za nemoralna vedenja. V primeru, da bo tekmeč močnejši in zlasti ob kombinaciji, da je to te premoči prišlo zaradi športnikove lastne napake, bo ta bolj verjetno ravnal nešportno. Glede časa poteka tekme, je večja verjetnost za nemoralna vedenja proti koncu tekme. Nivo tekme pa različno vpliva na možnost nemoralnega vedenja, s tem da je ključen faktor pri temu, občutek pritiska za dokazovanje oz. zmago. Tako bo za nekatere športnike večja verjetnost nemoralnega vedenja v tekmah s slabšimi tekmeči, za druge bo to v medijsko bolj odmevnih, verjetno mednarodnih tekmah, za tretje pa nivo tekmovanja ne bo imel nobenega vpliva.

Dodaten dejavnik, ki smo ga sicer, zaradi pomembnosti športnikove interpretacije le-tega, uvrstili med sklop dejavnikov vezanih na športnikove občutke med tekmo, je ocena

pravičnosti sojenja. Ta je po eni strani situacijski dejavnik, po drugi strani pa potrebuje, za to, da bo športnik nešportno odreagirал, svojo interpretacijo nepravičnosti, torej kršenja socialno vedenjskih pravil. Športniki poročajo ob zaznavanju neenakopravnosti in nepravičnosti sodniškega kriterija jezo in občutek nemoči, zaradi česar lahko hitreje odreagirajo nemoralno (skladno z npr. Pohlkamp, 2014; Garicano idr., 2005).

3. Kako športniki pojmujejo fair play, v njegovem teoretičnem in praktičnem izrazu?

Športniki precej slabo poznajo teoretično opredelitev fair playa in ga poskušajo povezati z lastnimi izkušnjami v konkretnih situacijah. Tako ga opredeljujejo s posameznimi vrednotami, zlasti z neagresivnostjo, spoštovanjem, poštenostjo in enakopravnostjo. Fair play teoretično zajema vrednote (Lumpkin idr., 1994; Morgan idr., 2001): poštenost, pravičnost, odgovornost, športnost, spoštovanje, enakopravnost, neagresivnost in veselje. Torej že pri teoretičnem pojmovanju športniki izpuščajo pomemben del vrednot. Iz praktičnega vidika pa se fair play pri njih izraža predvsem kot nasprotovanje nasilju, torej namenskemu telesnemu poškodovanju tekmeca, katerega cilj je poškodovanje kot tako in s tem onemogočenje tekmečevega igranja. Hkrati pa se ob raziskovanju tega, kje je meja te namenskosti pokaže, da jo je težko objektivno določiti in da tudi športniki o njej presojujejo subjektivno in nekonsistentno. Teoretično poročajo, da je za njih pomembno spoštovanje do vseh udeležencev v športu, skozi praktične primere pa se pokaže, da je njihovo spoštovanje do tekmecev močno situacijsko pogojeno in da večinoma spregledajo pomen spoštovanja lastnega zdravja. Vrednoto enakopravnosti pa razumejo predvsem kot enakost glede na raso, versko izpoved in spol.

4. Kateri dejavniki športnikovega doživljanja so prisotni v situacijah, ki so bolj ali pa manj skladne z duhom fair playa in kako se razlikuje glede na udeleženosť športnika in njegov odnos do športa?

Tako kot smo izpostavili že pri prvem odgovoru, je ključen dejavnik doživljanja (narativni) jaz. V situacijah, ki so skladnejše z duhom fair playa, je pomemben vidik odmik od (narativnega) jaza in ojačitev minimalnega jaza. Z odmikom od narativnega jaza se zmanjša občutek samopomembnosti, ni egoizma, temveč sta prisotna zavedanje širše situacije in *zaupanje*. Če se športnik čuti varnega, da lahko zaupa tekmecu, da ta pozna nenapisana pravila v njihovi športni panogi, da jih spoštuje in upošteva ter da ne bo šel

preko njih, potem bo celotna tekma nedvomno bolj v skladu z duhom fair playa. Drug zelo pomemben dejavnik je *pojmovanje tekmece* oz. tekmecev kot ljudi. K temu pripomore zavedanje, da imajo tudi oni svojo življenjsko zgodbo, da se jih ne objektivizira, da se jih nima za sovražnike, ampak za kolege, s katerimi se merijo in vsakdo od njih poskuša biti boljši od drugega ter da se zavedajo, da imajo tudi tekmece za sabo dolge ure treninga, morda tudi poškodbe in operacije. Športniki so povedali, da igrajo boljše, bolj sproščeno, kadar je v nasprotni ekipi prijatelj, ker se zavedajo vsega tega in si lahko dovolijo igro (v nasprotju z borbo) in veselje ob tem. Skladnost s fair playem je večja, ko je odnos športnika do športa nekoliko bolj distanciran, v smeri, da ni *identificiran* z njim oz. z zmago ali uvrstitvijo. Če se športnik zaveda, da je šport samo en del in še to prehodni del njegovega življenja, bo večja verjetnost, da ravna skladno z duhom fair playa. Pri zmanjšanju identificiranosti na samo eno "stvar" ali aktivnost, pomaga, če ima športnik več vlog v življenju, več "stvari" ki mu je pomembnih, saj se s tem identifikacija porazdeli na vse to, kar je športniku pomembno (skladno z npr. Ilundain-Agurruza, 2015a; Masten idr., 2006; Oyserman, 2009; Oyserman idr., 2012).

Kot smo napisali že ob prvem vprašanju je pomemben tudi občutek socialne povezanosti in to z različnimi ljudmi, zlasti pa z družino.

5. Kakšna je razlika med športnikovimi izjavami, (samo)deklariranimi vrednotami o fair playu in njihovim vedenjem?

Športniki so bili v intervjujih iskreni, bolj kot smo pričakovali. Nekateri so sicer z malo večjo zadržanostjo povedali kakšno svoje vedenje, ki je izraziteje odstopalo od fair playa, razvidno je bilo, da so ob poročanju o takšnih dogodkih uporabili več racionalizacij, interpretacij in da se jim je bilo na začetku intervjuja težje poglobiti v tovrstno situacijo. Ko pa so to vzeli kot raziskovanje svojega doživljanja, brez vrednotenja, torej kadar so začutili, da niso in ne bodo socialno ocenjevani, ali povedano drugače, da ne bo ogrožen njihov narativni jaz, potem so se bolj poglobili v svoje doživljanje. Razvidno je bilo tudi, da so pri sebi svoja dejanja večinoma že postavili v socialno sprejemljiv kontekst. Tako so v intervjujih, sicer iskreno povedali, da bodo javno vedno zastopali fair play, da pa ga v konkretnih situacijah zaznajo kot manj uporabnega in da delujejo bolj v skladu z normami svoje športne panoge kot pa fair playa.

Skratka, večjih razlik med njihovimi izjavami in vrednotami ne zaznavamo, manjša odstopanja pa se pojavijo v relaciji do vedenja. Kar so povedali v intervjujih, je bilo zelo primerljivo z vrednostmi, ki so jih pripisali vrednotam na vprašalniku in tudi z vedenji, o katerih smo se pogovarjali. Skozi intervjuje so tudi sami spoznavali, da se kje njihovo pojmovanje glede konkretne izraženosti določene vrednote in njihovega vedenja, ne ujame povsem. Vendar so potem sprejeli, da očitno ne pripisujejo takšnega pomena posamezni vrednoti, kot so sprva menili. Razvidno je, da sami niti ne razmišljajo o posameznih konceptih in sprva menijo, da sledijo neki vrednoti, potem pa se pokaže, da temu ni tako oz. da je sledenje tej pogojno. Menimo, da so ta neskladja povezana z manjšo usmerjenost na introspekcijo in z manjšim psihološkim poznavanjem sebe ter da niso posledica namernega manipuliranja. Svojega vedenja ne poskušajo prikriti ali spremniti, ga pa poskušajo opravičiti, tako da bi lahko ohranili sliko svojega narativnega jaza. Tovrstna obrambna reakcija je običajna za ohranjanje strukture in stabilnosti jaza (npr. Smeester idr., 2010; Pransa, 2007; Gallagher, 2000; Oyserman in Markus, 1998).

6. Ali uspe najboljšim razrešiti paradoks med željo po uspešnosti (glede na standardne vidike) in doživljanjem tekmovalne situacije kot igre (z vidika fair playa)? V primeru, da jim to uspe, pa nas je tudi zanimalo, kaj vpliva na to razrešitev.

Razrešitev tega paradoksa je možna. Od vseh intervjuvanih športnikov je bil sicer en športnik, za katerega bi lahko rekli, da mu je takšna razrešitev uspela in dva, ki sta to naredila delno. Vsi so starejši športniki, z mnogo let izkušenj, ki se zavedajo, da bodo profesionalni športniki še kakšno leto ali dve, potem pa ne več. Uspeli so postaviti šport v kontekst celotnega njihovega življenja. Zanimivo je, da je ta dvojnost, ki je jedro tega paradoksa, tudi del njih. Po eni strani imajo zelo radi svoj šport in se bodo potrudili vložiti čim več energije vanj na tekmovanjih in treningih, po drugi strani pa se močno zavedajo tudi slabih strani športa. Vendar to dvojnost uspejo združevati v sebi in jo sprejemati z določeno relativnostjo. Zanimivo je tudi, da so vsi trije pripravljeni nehati ali s športno kariero ali pa z delom le-te, če se bo v športu nadaljevalo slabšanje, njim pomembnih, vrednot. En športnik je tako pripravljen zapustiti reprezentanco, zaradi neetičnega ravnanja funkcionarjev do dveh članov ekipe, kljub temu da imajo veliko možnost uvrstitve na večje mednarodno tekmovanje. Eden je pripravljen zaključiti s športno kariero, če se v njegovi športni panogi ne bodo postavila pravila, ki bi preprečevala

določena vedenja, ki se na novo pojavljajo v tem športu. Ti športniki hkrati večkrat poročajo o razumevanju športa kot igre in ne kot borbe. Vsi imajo tudi širše interese v življenju in hkrati v ostali del svojega življenja športa ne vključujejo ali pa ga vključujejo minimalno. Torej, ko bodo direktno angažirani v šport, bodo dali svoj maksimum, ampak bodo znali šport tudi povsem dati na stran.

7.2. Veljavnost raziskave

Na zagotavljanje veljavnosti raziskave smo bili pozorni že od samega začetka, zato smo jo poskušali zagotoviti, skozi njen celoten potek, na več načinov. Kot osnoven postopek za zagotavljanje veljavnosti nam je služila sekvenčna analiza, ki je hermenevitični postopek krožnega raziskovanja, kjer po prvotnem formuliranju problema, začnemo z zbiranjem gradiva, čemur sledi analiza in reformulacija problema. Po tem ponovno zbiramo gradivo in ga analiziramo ter po potrebi zopet spremenimo formulacijo problema in/ali prilagodimo metodo, npr. izberemo boljša vprašanja za intervjuje (Kordeš in Smrdu, 2015).

Določeno prednost raziskave predstavlja ravno izbrana metodologija, saj se je skozi naše poskusne teorije pokazalo, da smo lahko zajeli in upoštevali večje število faktorjev in tudi bolj raznolike faktorje, ki jih, glede na teoretična izhodišča, nismo pričakovali ali pa jih nismo pričakovali v tovrstni obliki. Glede na sekvenčno analizo smo tako lahko ustrezno dopolnili raziskavo in jo tudi razširili z dodatno tematiko, da bi bili rezultati bolj smiselni in ugotovitve širše podprte.

Z natančno opisanim postopkom raziskave in analize smo poskušali povečati objektivnost študije. Zanesljivost in veljavnost smo preverjali tako, da smo po vsakem koraku v procesu kodiranja, to preverili in reflektirali še z enim strokovnjakom. Dodatno veljavnost med ocenjevalci (medkoderska veljavnost) se je preverilo tako, da je tri naključno izbrane izpise intervjujev kodiral še en strokovnjak. Pri tem se je ugotovilo 82% ujemanje kod, kar je glede na LeCompte in Goetz (1982) sprejemljivo. Poleg tega je bila, za preverjanje veljavnosti, izvedena tudi konsenzualna validacija, s tem da smo trem športnikom predstavili dobljene kategorije, ki izhajajo iz njihovega poročanja, ter možne interpretacije in jih prosili za povratne informacije o ustreznosti le-tega.

Kljub temu da se zdi vzorec udeležencev raziskave morda majhen, pa se je izkazal za zelo raznolikega. Športniki v študiji se namreč razlikujejo tako glede osebnostne strukture, njihovega vrednostnega sistema kot glede odnosa do športa in občutka pomembnosti športa v njihovem življenju. Pri tem se razlikujejo od tega, da dvema udeležencema šport pomeni praktično vse in jima predstavlja glavni del njune identitete. En športnik, pa se kljub svoji stalni udeleženi v vrhunskem športu, profesionalnemu igranju v tujini in v reprezentanci, popolnoma nič ne identificira s športom in na primer že več let ni pogledal (niti v živo, niti v prenosu ali posnetku) nobene športne tekme, tudi ne iz svojega športa. Preostali športniki pa so razporejeni različno na kontinuumu med obema navedenima skrajnostma. Glede ocene osebnosti športnikov, se lahko, npr. zanašamo na njihove opise sebe, ki pa jih nismo posebej iskali, ampak so se spontano izrazili skozi dialog. Razlike, ki so se med športniki v raziskavi jasno pokazale, so razvidne predvsem na naslednjih področjih: čustvena odzivnost oz. kontrola, egocentričnost in individualizem oz. usmerjenost na druge in želja po izstopanju ter razmerje med tekmovalnostjo in sodelovanjem. Navajamo nekaj primerov razlik, ki so se skozi intervjuje pokazale pri športnikih:

“Čustva me ne potegnejo noter.” – “Čustev ne kažem tako jasno navzven.” – “So stvari, ki me preveč ziritirajo.” – “Mi pride takšen trenutek, ko se nabira, da se moram včasih zjokati ali pa čisto izpovedati.”

“Morda dam več na mnenje drugih kot na mnenje sebe.” – “Sem precej vodljiv. Če mi nekdo nekaj reče, da naredim ni problema.”

“Hočem izstopati kot posameznik.” – “Se mi zdi fajn, da si egoist, ker zadovoljuješ svoje potrebe, cilje, mi pa ni fajn, da drugi zato trpi.” – “Šport je pomemben za solidarnost, prijateljstvo. Mi je najbolj pomembno, kako v ekipi sodelujemo.” – “Mi je težko delati z ljudmi, ki so zaprti ali če so dvojna merila.” – “Sem vedno v športu ohranjal eno intimnost, imel eno ogrado do drugih v športu.”

“Vedno želim, da bi bilo vse na najvišjem nivoju, da bi mi stalno šlo. Sem tudi bolj trmast, si želim, da je bolj po moje.” – “Najpomembnejše mi je zmagovanje, ne pa

tekmovanje. To mi ni dovolj.” - “Rabiš stalno prilagodljivost, odprtost za neke nove izkušnje, ljudi, okolje.”

Poleg lastnih izjav o sebi, s katerimi kažejo svoje razlike med enim in drugim, pa se njihova različnost izraža tudi v drugačnih zanimanjih, ki jih imajo izven športa, v njihovih načinih, dinamiki odgovarjanja v intervjujih in kontakta ter odnosa z intervjuvarjem. Tudi načini odgovarjanja na lestvico vrednot, kažejo različne pristope, od tega, da je komu praktično vse pomembno in ne diferencira veliko med izbranimi vrednotami, do tega, da je kdo drugi precej kritičen in zelo podrobno razlikuje med vrednotami. Tudi glede na ocene vrednot, te v dveh primerih varirajo pri isti vrednoti (npr. vera v boga in moralna načela) od ocene 0 (mi je povsem nepomembno) do ocene 100 (mi je maksimalno pomembno). Kar pri 26 vrednotah (od 54-ih) je razlika v oceni med športniki 60 ali več točk in pri 35-ih vrednotah 50 ali več točk. Ta raznolikost vzorca nedvomno doprinese k zunanji veljavnosti raziskave. Poleg tega smo uporabili tudi triangulacijo, saj je bila že izbira vzorca narejena s strani različnih, z raziskavo nepovezanih strokovnjakov (selektorjev), poleg intervjujev smo uporabljali še osnovno opazovanje in dodali še vprašalnik vrednot, ki smo ga dodatno razširili na šport. Na osnovi tega bi torej lahko sklepali, da je bila, kljub manjšemu vzorcu, reprezentativnost vzorca relativno dobra. Reprezentativnost vzorca slabša dejstvo, da v raziskavi niso sodelovali tudi športniki, ki bi bili znani kot nešportni, kontra fair playu. Selektorji (ki so izbrali udeležence) so namreč povedali, da takih športnikov ne bi povabili v reprezentanco, tako da jih za raziskavo niti niso mogli izbrati.

Ekološka veljavnost, glede na to, da smo se poglobljali v konkretne situacije, niti ni sporna. Vendar pa se je, skupaj z uporabnostjo potrdila že tekom študije preko povratnih informacij športnikov. Kot je eden od njih zapisal v mailu, kot odgovorom na prošnjo za dodatni intervju (zaradi razširitve raziskave):

“V največje veselje mi je, da si se spomnila name! Rad bi sodeloval še naprej, ker je najin pogovor pozitivno vplival tudi na moje dosežke in mi odkril novo področje v športu, ki me izredno zanima.”

Za validacijo Petitmenginova (2006) po eni strani predlaga intersubjektivno preverjanje podatkov. Če ima raziskovalec sam dostop do podobnega izkustva, lahko sam preveri

primernost danega opisa. Lahko tudi primerja, kako podobni so si opisi več udeležencev. Primerja lahko celo opise udeležencev drugih raziskovalcev, če se opisi nanašajo na isto tematiko, in tako doseže prepričljiv kriterij za veljavnost (Petitmengin, 2006; Jones idr., 2012). Predvsem prvemu delu, primerjanju opisa več udeležencev, smo sledili tudi sami.

Po drugi strani uvede nove kriterije za preverjanje veljavnosti. Pri teh preusmeri preverjanje veljavnosti od merjenja resničnosti, reprezentacijske točnosti ali primernosti glede na predhodno izkušnjo k preverjanju izvora. Tako predlaga preverjanje posnetkov ali zapisov intervjujev, da se vidi ali se je raziskovalec držal točnih napotkov za izvedbo intervjuja in ali je udeleženec zares opisoval izkustvo in ne nekih splošnih predstav o svojem doživljanju. Za preverjanje slednjega navede nekaj verbalnih, neverbalnih in paraverbalnih indikatorjev, kot so uporaba prve osebe, sedanjika in konkretnih opisov konteksta, pogled stran od izvajalca intervjuja (v daljavo), upočasnitev hitrosti govora in podaljšanje pavze med govorjenjem. Hkrati pa se pojavijo tudi geste, ki spremljajo govor. Ti paraverbalni znaki kažejo, da se je udeleženec poglobil sam vase, da bi prišel do predreflektivnih dimenzij svoje izkušnje. Vse to namiguje na to, da udeleženec res opazuje in opisuje konkretno izkustvo (Petitmengin, 2006).

Kot je razvidno, smo poskušali narediti čim več, da bi se zagotovilo čim večjo veljavnost in zanesljivost raziskave, saj to edino postavlja temelje za relevantnost in smiselnost rezultatov in zaključkov le-te.

Študija ima nekaj pomanjkljivosti. Ker je kvalitativna študija, je vzorec preiskovancev relativno majhen. Vendar pa glede na kompleksnost kvalitativnih študij in časa, ki ga zahtevajo od udeležencev, kot tudi glede na to, da so udeleženci vrhunski športniki, bi bilo bistveno večji vzorec težko pridobiti. Za boljšo zunanjo veljavnost, bi bilo dobro povečati število intervjujev z vsakim športnikom, kot tudi število enakovrednih preiskovanih situacij, torej da bi preučili več fair play oz. nefair play situacij ter uspelih in neuspešnih izvedb. Poleg tega bi se dalo izboljšati proceduralno veljavnost in kredibilnost, npr. z boljšo triangulacijo.

Težave so se pokazale pri preučevanju osrednjega fenomena, tj. (ne)fair playa, ker večina športnikov nima ekstremnih dejanj, ki so tako v nasprotju s fair playem in ker so bila ta, razen v enem primeru, oddaljena več let. Tako je bilo njihovo doživljanje preveč

oddaljeno, da bi se ga športniki lahko zares spomnili in s časom so ga tudi že močno racionalizirani oz. kognitivno predelali ter ovrednotili. Podobno velja tudi za športne poteze, saj niso imeli izrazitejših fair play dejanj, tiste o katerih so poročali pa so bile, za šport, precej avtomatične. Posledično za področje fair playa nismo mogli vedno izvesti eksplikativnega intervjuja do ravni, ki bi nam lahko odkrila globlja doživljanja v tovrstnih situacijah. Dobro pa je poudariti, da se je vsem, ki so doživeli bolj izrazito izkušnjo z nešportnim vedenjem, le-ta globoko čustveno vtisnila v spomin.

7.3. Doprinos raziskave k znanosti in praksi

Uvedba specifične fenomenološke metode

Kljub temu, da so empirično fenomenološki raziskovalni pristopi v zadnjih dveh desetletjih na področju kognitivne psihologije (Thompson, 2007) in v zadnjem desetletju na področju zdravstvene psihologije (Callary, Rathwel in Young, 2015), precej prisotni, se njihova uporabnost na področju športne psihologije jasno kaže šele v zadnjih letih (npr. Smith, 2011; Callary idr., 2015). Na to opozarjajo tudi številni avtorji (npr. Allen-Collinson, 2009; Nesti, 2011; Jones, Brown in Holloway, 2012; Callary idr., 2015; O'Halloran, Littlewood, Richardson, Tod in Nesti, 2016), ki skozi predstavitev teoretičnih značilnosti empirične fenomenologije, izpostavljajo njeno uporabnost in možnosti, da bi s tem spodbudili več tovrstnih študij. V okviru kvalitativne metodologije so največkrat uporabljeni narativni intervjuji in z video gradivom usmerjeni pol strukturirani intervjuji (npr. Hanin, 2003; Seve, Ria, Poizat, Saury in Durand, 2007). Smith je do leta 2011 našel zgolj sedem fenomenoloških raziskav na področju športne psihologije, vendar pa nobena od njih, tudi kasneje, ne uporablja fenomenološkega globinskega intervjuja, kot smo ga uporabili v tej študiji. V naši raziskavi pa se je tudi ta kvalitativno fenomenološka metoda pokazala kot zelo uporabna in smiselna na področju športne psihologije. Pričujoča raziskava tako potrjuje uporabnost empirične fenomenologije v športu in še bolj specifično, globinskih fenomenoloških intervjujev, ki odpirajo nove možnosti spoznavanja doživljanja športnikov v konkretnih situacijah.

Kompleksen vpogled v doživljanje športnikov

V vsakem trenutku se v posamezniku odvija in prepleta več procesov, ki ustvarjajo naše doživljanje (npr. Thompson, 2007; Wells, 2002), od različnih zaznavnih procesov (npr. vida, sluha, vonja, proprioceptornih zaznav), do različnih kognitivnih in čustvenih procesov. Večine teh se ne zavedamo, zlasti ne v situacijah, ki zahtevajo hitro odločanje (npr. Haidt, 2013), kot je to pri mnogih situacijah v tekmovalnem športu. Izbrana fenomenološka metoda nam je omogočila ravno vpogled v to kompleksnost specifičnih športnih izkušenj, v katerih se kombinirajo različni procesi, dinamika in individualne podrobnosti doživljanja športnikov. Raziskava kaže na pomen razumevanja manjših izkustvenih dogodkov iz katerih so sestavljene športne situacije, še posebej pri preučevanju situacij, ki zahtevajo hitro odločanje oz. v situacijah kjer to poteka predreflektivno in avtomatizirano. Tako vedenja skladna ali neskladna s fair playem kot tudi situacije optimalne izvedbe oz. flowa, sodijo v to kategorijo. Takšno spremljanje minimalnih izkustev je pripeljalo tudi do ugotovitve, da se lahko doživljanje in s tem presojanje ter vedenje, korenito spremenijo v izjemno kratkem časovnem intervalu. Zavedanje in razumevanje tega, lahko morda razreši problem različnih in neskladnih ugotovitev drugih raziskav, npr. pri pomenu anksioznosti za optimalno tekmovalno izvedbo (npr. Csikszentmihalyi, 1990; Lazarus, 2000; Nesti, 2004; Hagger in Chatzisarantis, 2005; Rathschlag in Memmeet, 2013). Glede na tovrstno prepletenost in kompleksnost funkcij, postane očitno, da za razumevanje in napovedovanje vedenj športnikov, nima smisla meriti posameznega faktorja, brez upoštevanja drugih faktorjev. Postavljene poskusne teorije pa ravno upoštevajo to kompleksnost in združujejo minimalne doživljajske dogodke v smiselno celoto.

Opredelitev dejavnikov vpliva na fair play vedenje in boljšo tekmovalno izvedbo ter identifikacija manj raziskanih elementov doživljanja

Del raziskovalnih izhodišč je bila tudi identifikacija pomembnejših elementov doživljanja, tako v fair play situacijah, kot v situacijah optimalne izvedbe. Ob tem se je prepoznalo tudi dejavnike, ki so bili do sedaj redko raziskani (npr. pomen in vpliv narativnega jaza, pomembnost odmika od jaza in preveč enostranske identifikacije), ali pa se je posameznim že raziskovanim elementom uspelo določiti pomembna razlikovanja znotraj le-teh (npr. pomembnost splošnega zaupanja (v primerjavi z objektiviziranim zaupanjem)

in dojemanje različne moči socialne ocene drugih. Hkrati smo uspeli odkriti odnosno in vzročno-časovno povezanost teh raznolikih dejavnikov. Del teh ugotovitev se prekriva z dosedanjimi ugotovitvami (npr. Csikszentmihalyi, 1990; Hanin, 2000) o dejavnikih, ki so značilni za izkušnjo flow-a (t.j. ravnovesje med izzivom situacije in zaznanimi sposobnostmi, povezovanje lastne aktivnosti in zavedanja, ostra koncentracija na potekajočo izvedbo, zmanjšanje zavedanja sebe in sprememba zaznavanja časa), del ugotovitev pa dodaja k dosedanjim poznanim dejavnikom (npr. pomembnost interpretacije socialnih odnosov, interpretacije anksioznosti, celostnega zaupanja) in jih povezuje med sabo v celoto, preko dimenzije časa. Na področju doživljanja (ne)fair play situacij, pa je ugotovitev o procesnem in vzročno-posledičnem vidiku vpliva različnih dejavnikov na odločanje v tekmovalni situacijah, povsem nova. Hkrati pa smo potrdili vpliv posameznih dejavnikov in vrednot, ki so bili že predhodno ugotovljeni kot pomembni za moralna dejanja (Shields in Bredemeier, 1990; Vallerand idr., 1996; Morgan idr., 2001; Smrdu, 2002).

Dvom v pomembnost nekaterih pojmovanj v športu

Ob tem, ko smo prišli do pomembnosti dejavnikov, ki predhodno niso bili tako poznani in upoštevani, pa rezultati niso potrdili nekaterih drugih dejavnikov, ki so bili do sedaj, večkrat vrednoteni, kot pomembni za športnikovo delovanje in uspešnost. Ena od takšnih trditev je, da v športu ni prostora za kvalitete, kot so prijaznost, nesebičnost in empatičnost, da se v športu zahteva čim večja usmerjenost v cilj, to je v zmago, pri čemer je potrebno nasprotnika premagati in ne sočustvovati z njim (Tušak in Tušak, 2001). Rezultati naše raziskave s tem niso skladni, saj kažejo, da sta tovrsten odnos do tekmecev in tovrstna ciljna usmeritev, zgolj eden od možnih pristopov k tekmovalnemu športu, ki pa je za uspešnost ekipe manj pomemben kot socialna kohezivnost in usmeritev na proces, ki edina omogočata doseganje vrhunske izvedbe. Izključna ciljna usmeritev namreč lahko pripelje do strokovnega nivoja izvedbe, ne more pa pripeljati do mojstrskega nivoja izvedbe (npr. Dreyfus in Dreyfus, 1986; Csikszentmihalyi, 1990).

Potencialna izhodišča za nadaljnje raziskave

V pričujoči raziskavi sicer nismo obravnavali razlik med športniki in športnicami, tako da ne moremo zaključevati na osnovi dobljenih rezultatov. Kljub temu pa odgovori obeh

skupin kažejo, da je med obema manj razlik in da so morebiti športnice deležne napačnega vrednotenja, zlasti glede njihovega čustvovanja. Slovenska športna literatura zanje namreč, še vedno navaja, da so bolj čustveno nestabilne kot športniki in so zato tudi bolj občutljive na stres in napetosti na tekmovanju (Tušak in Tušak, 2001). Odgovori športnic udeleženih v raziskavi tega niso potrdili. Edino področje razlik med spoloma je bilo na področju pomembnosti dobrih socialnih odnosov v ekipi, ki so športnicam bolj pomembni kot športnikom, kar kažejo tudi druge raziskave (npr. Carron idr., 2002; Carron idr., 2007; Zaccaro idr., 1995).

Praktična uporabnost

Iz študije izhaja, da je teoretičen pristop predstavljanja fair playa športnikom nesmiseln, saj ga ne povezujejo s svojimi izkušnjami. Da bi ga lahko praktično osmislili, jim ga je potrebno predstaviti skozi dejavnike, ki so jih sami pri sebi, skozi izkušnje, zaznali kot pomembne. Ključno bi bilo tudi formalno sprejeti nenapisana pravila, ki veljajo znotraj posamezne športne panoge, saj dokler niso jasno priznana z vseh strani udeležencev v športu, vplivajo podtalno, a močno in se jih tako ne da korigirati. S tem se odpirajo nove možnosti, preko katerih bi lahko športniki videli pomembnost fair playa tudi za svoje športno udejstvovanje in splošno življenje.

Dodaten pomemben vidik študije je vzpostavitev specifičnega odnos med raziskovalcem in udeleženci, saj so športniki postali soraziskovalci in so pridobili pomembne informacije o svojem funkcioniranju že tekom intervjujev. To je povišalo njihovo motivacijo in pokazalo praktično pomembnost športne psihologije že na mestu samem. Za praktike, kot smo športni psihologi, je zelo pomembno zavedanje dinamičnega razvoja športnikove izkušnje in s tem tudi kdaj in zakaj izvedba ni bila skladna s športnikovim potencialom.

8. Viri

- Abad, D. (2010). Sportsmanship. *Sport, Ethics and Philosophy*, 4(1), 27-41.
- Adler, F. (1949). The social thought of Jean-Paul Sartre. *American Journal of Sociology*, 55(3), 284-294.
- Alexander, C. N. in Langer, E. J. (1990). *Higher stages of human development: Perspectives on adult growth*. Oxford: Oxford University Press.
- Allen-Collinson, J. (2009). Sporting embodiment: Sports studies and the (continuing) promise of phenomenology. *Qualitative research in sport and exercise* 1(3), 279-296.
- Andersen, M. B. in Tod, D. (2005). When to refer athletes for counseling or psychotherapy. V J. M. Williams (ur.), *Applied sport psychology: Personal growth to peak performance* (str. 483-504). Mountain View, CA: Mayfield.
- Argyle, M. (2008). *Social encounters: Contributions to social interaction*. New Brunswick: Aldine Transaction.
- Arribas, C. (2014). *El Valor de un Gesto*. El Pais. Pridobljeno iz http://deportes.elpais.com/deportes/2012/12/14/actualidad/1355506756_770952.html
- Bastick, T. (1982). *Intuition: How we think and act*. New York: Wiley.
- Baumeister, R. F. (1998). The self. V D. T. Gilbert, S. Fiske in G. Lindzey (ur.), *Handbook of social psychology* (str. 680-740). New York: McGraw-Hill.
- Baumeister, R. F. (ur.). (1999). *The self in social psychology*. Philadelphia, PA: Psychology Press (Taylor and Francis).
- Baumeister, R. F. in Bushman, B. J. (2011). *The Self: Social psychology and human nature*. Belmont, CA: Cengage Learning.
- Beamish, R. in Ritchie, I. (2006). *Fastes, highest, strongest: A critique of high-performance sport*. London: Routledge.
- Bekiari, A., Perkios, S. in Gerodimos, V. (2015). Verbal aggression in basketball: Perceived coach use and athlete intrinsic and extrinsic motivation. *Journal of Physical Education and Sport*, 15(1), 96-102.
- Berkowitz, L. (1969). *Roots of aggression: A re-examination of the frustration-aggression hypothesis*. New York: Atherton Press.
- Berkowitz, L. (1989). Frustration-aggression hypothesis: Examination and reformulation. *Psychological Bulletin*, 106(1), 59-73.

- Berkowitz, L. (1993). *Aggression: Its causes, consequences, and control*. New York: McGraw-Hill.
- Bertling, C. (2007). The loss of profit? The rise of professionalism in the Olympic movement and the consequences for national sport systems. *Journal of Olympic history, 15*(2), 50-59.
- Bitbol, M. in Petitmengin, C. (2013). On the possibility and reality of introspection. *Kairos. Revista de Filosofia e Ciência, 6*, 173–198.
- Bredemeier, B. in Shields, D. (1986). Athletic aggression: An issue of contextual morality. *Sociology of Sport Journal, 3*, 15-28.
- Bredemeier, B. J., Weiss, M. R., Shields, D. L. in Cooper, B. A. (1986). The relationship of sport involvement with children's moral reasoning and aggression tendencies. *Journal of Sport Psychology, 8*, 304–318.
- Bredemeier, B., Weiss, M., Shields, D. in Cooper, B. (1987). The relationship between children's legitimacy judgements and their moral reasoning, aggression tendencies and sport involvement. *Sociology of Sport Journal, 4*, 48-60.
- Breivik, G. (2013). Zombie-like or superconscious? A phenomenological and conceptual analysis of consciousness in elite sport. *Journal of the Philosophy of Sport, 40*(1), 85-105.
- Brewer, M. B. (1991). The social self: On being the same and different at the same time. *Personality and Social Psychology Bulletin, 17*, 475-482.
- Brewer, M. B. in Gardner, W. (1996). Who is this "we"? Levels of collective identity and self representations. *Journal of Personality and Social Psychology, 71*, 83-93.
- Brown, J. (1998). *The self*. Boston: McGraw-Hill.
- Bruner, J. (2002). *Making stories: Law, literature, life*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Burton, N. (2015). *Heaven and hell: The psychology of the emotions*. Oxford: Acheron Press.
- Butcher, R. in Schneider, A. (2001). Fair play as a respect for the game. V W. J. Morgan, K. V. Meier in A. J. Schneider (ur.), *Ethics in sport* (str. 21-48). Champaign, IL: Human Kinetics.

- Calhoun, J. F. in Acocella, J. R. (1983). *Psychology of adjustment and human relationships*. New York: Random House.
- Callary, B., Rathwell, S. in Young, B. W. (2015). Insights on the process of using interpretive phenomenological analysis in a sport coaching research project. *The Qualitative Report*, 20(2), 63-75. Pridobljeno iz: <http://nsuworks.nova.edu/tqr/vol20/iss2/6>
- Callero, P. (2003). The sociology of the self. *Annual Review of Sociology*, 29, 115-133.
- Carron, A. V., Brawley, L. R. in Widmeyer, W. N. (1998). The measurement of cohesiveness in sport groups. V J. L. Duda (ur.), *Advancements in sport and exercise psychology measurement* (str. 213-226). Morgantown: Fitness Information Technology.
- Carron, A. V., Colman, M. M., Wheeler, J. in Stevens, D. (2002). Cohesion and performance in sport: A meta-analysis. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 24, 168-188.
- Carron, A. V., Eys, M. A. in Burke, S. M. (2007). Team cohesion: Nature, correlates and development. V S. Jowell in D. Lavallee (ur.), *Social psychology in sport* (str. 91-102). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Carron, A. V., Hausenblas, H. in Eys, M. A. (2005). *Group dynamics in sport*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Carver, C. S. in Scheier, M. F. (1990). Origins and functions of positive and negative affect: A control-process view. *Psychological Review*, 97, 19-35.
- Cashmore, E. (2005). *Making sense of sports*. London: Routledge.
- Charmaz, K. (2011). *Constructing grounded theory. A practical guide through qualitative analysis*. London: Sage.
- CIFP Declaration (19.10.2007). Pridobljeno iz: <http://www.fairplayinternational.org/downloadmanager/details/id/7/>
- Cleret, L. in McNamee, M. (2012). Olympism, the values of sport, and the will to power: De Coubertin and Nietzsche meet Eugenio Monti. *Sport, Ethics and Philosophy* 6(2), 183-94.
- Coakley, J. (2004). *Ethics, deviance and sports: A critical look at crucial issues*. Oxford: Meyer and Meyer Sport.
- Conroy, D. E., Silva, J. M., Newcomer, R. R., Walker, B. W. in Johnson, M. S. (2001).

- Personal and participatory socializers of the perceived legitimacy of aggressive behavior in sport. *Aggressive Behavior*, 27(6), 405–418.
- Corrion, K., Long, T., Smith, A. L. in d'Arripe-Longueville, F. (2009). "It's Not My Fault; It's Not Serious": Athlete Accounts of Moral Disengagement in Competitive Sport. *The Sport Psychologist*, 23(3), 388-404.
- Cox, R. A. (1990). *Sport psychology: Concepts and applications*. Dubuque, IA: Brown Publishers.
- Cox, R. H. (1994). Personality and the athlete. V R. H. Cox (ur.), *Sport psychology: Concepts and applications* (str. 18-51). Dubuque, IA: Brown and Bench.
- Creswell, J. W. (2009). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. Los Angeles: Sage.
- Cross, S. E. in Madson, L. (1997). Models of the self: Self-construals and gender. *Psychological Bulletin*, 122, 5-37.
- Crowe, J. (2011). Pre-reflective law. V M. Del Mar (ur.), *New waves in philosophy of law* (str. 103-122). Hampshire: Palgrave Macmillan.
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The psychology of optimal experience*. New York: Harper Perennial.
- Csikszentmihalyi, M. (1992). *Flow: The psychology of happiness*. London: Rider.
- Czech, D. R., Wrisberg, C., Fisher, L., Thompson, C. in Hayes, G. (2004). The experience of Christian prayer in sport - An existential phenomenological investigation. *Journal of Psychology and Christianity*, 2, 1-19.
- Dąbrowska, A. (2010). *Fair play w świadomości sportowej młodzieży piłkarskiej w Polsce i w Anglii*. [Fair play v glavah mladih nogometašev na Poljskem in v Angliji.] Warszawa: Estrella.
- Damasio, A. (1999). *The feeling of what happens: Body and emotion in the making of consciousness*. New York: Harcourt Brace.
- De Vries, H. A. (1981). Tranquiliser effect of exercise: A critical review. *The Physician and Sports Medicine*, 9, 46-55.
- Deklaracija Mednarodnega komiteja za fair play [Declaration Fair play]. Pridobljeno iz www.friedenspaedagogik.de/.../file/Declaration%20Fair%20Play.pdf
- Declaration on fair play. Prepared by the ICSSPE in cooperation with the IOC and with the support of UNESCO. (1998) *Olympic review*, 22, 22-26.

- Dixon, N. (2001). On winning and athletic superiority. V W. J. Morgan, K. V. Meier in A. J. Schneider (ur.), *Ethics in sport* (str. 49-70). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Donahue, E. G., Rip, B. in Vallerand, R. J. (2009). When winning is everything: On passion, identity, and aggression in sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 10, 526-534.
- Doupona, M. (1996). *Šport, spol in vzgoja* (Magistrska naloga). Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Ljubljana.
- Dreyfus, H. in Dreyfus, S. (1986). *Mind over machine: The power of human intuition and expertise in the era of the computer*. New York: The Free Press.
- Dreyfus, S. E. (2004). The five-stage model of adult skill acquisition. *Bulletin of Science, Technology and Society*, 24(39), 177-181.
- Duda, J. L., Olson, L. K., in Templin, T. J. (1991). The relationship of task and ego orientations to sportsmanship attitudes and the perceived legitimacy of injurious acts. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 62, 79–87.
- Dunn, G. H. in Causgrove Dunn, J. (1999). Goal orientations, perceptions of aggression, and sportpersonship in elite male youth ice hockey players. *The Sport Psychologist*, 13, 183–200.
- Ecenbarger, W. (2008). El Espiritu Olimpico [The Olympic spirit]. *Selecciones de Reader's Digest*, 98–105.
- Erez, A. in Isen, A. M. (2002). The influence of positive affect on the components of expectancy motivation. *Journal of Applied Psychology*, 87(6), 1055–1067.
- Eys, M., Ohlert, J., Evans, M. B., Wolf, S. A., Martin, L. J., Van Bussel, M. in Steins, C. (2015). Cohesion and performance for female and male sport teams. *Sport Psychologist*, 29(2), 97-109.
- Felson, R. B. (1993). The (somewhat) social self: How others affect self-appraisals. V I. Suls (ur.), *Psychological perspectives on the self* (vol. 4, str. 1-26). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Fletcher, D. in Sarkar, M. (2012). A grounded theory of psychological resilience in Olympic champions. *Psychology of Sport and Exercise*, 13, 669-678.
- Forsyth, D. (1999). *Group dynamics*. Needham Heights, MA: Allyn and Bacon.
- Fraleigh, W. P. (1984). *Right actions in sport, ethics for contestants*. New York: Human Kinetics.
- Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The

- Broaden-and-build theory of positive emotions. *The American Psychologist*, 56, 218–226.
- Gallagher, S. (2000). Philosophical conceptions of the self: Implications for cognitive science. *Trends in Cognitive Sciences*, 4(1), 14-21.
- Garciano, L., Palacios-Huerta, I. in Prendergast, C. (2005). Favoritism under social pressure. *Review of Economics and Statistics*, 87(2), 208-216.
- Gardner, R. E. in Janelle, C. M. (2002). Legitimacy judgments of perceived aggression and assertion by contact and non-contact sport participants. *International Journal of Sport Psychology*, 33(3), 290-306.
- Glaser, B. G. in Atrass, A. L. (1967). *The discovery of grounded theory: Strategies for qualitative research*. New Brunswick: Aldine Transaction.
- Goetz, J. P. in LeCompte, M. D. (1984). *Ethnography and qualitative design in educational research*. New York: Academic Press.
- Haan, N. (1985). Processes of moral development: Cognitive or social disequilibrium? *Developmental Psychology*, 21(6), 996-1006.
- Haan, N. (1986). Systematic variability in the quality of moral action, as defined in two formulations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50(6), 1271-1284.
- Haan, N. (1991). Moral development and action form a social constructivist perspective. V K. W. Kurtines in J. L. Gewirtz (ur.), *The handbook of moral behavior and development* (vol.1, str. 251-273). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Hagger, M. S. in Chatzisarantis, N. L. D. (2005). First- and higher- order models of attitudes, normative influence, and perceived behavioural control in the theory of planned behaviour. *British Journal of Social Psychology*, 44, 513-535.
- Haidt, J. (2001). The emotional dog and its rational tail: A social intuitionist approach to moral judgement. *Psychological Review*, 108, 814-834.
- Haidt, J. (2007). The new synthesis in moral psychology. *Science*, 316, 998-1002.
- Haidt, J. (2013). *Pravičniški um*. Ljubljana: UMco.
- Hanin, Y. L. (2003). Performance related emotional states in sport: A qualitative analysis. *Forum: Qualitative Social Research*, 4(1), 5. Pridobljeno iz: <http://nbn-resolving.de/urn:nbn:de:0114-fqs030151>.
- Hanin, Y. L. (2000). *Emotions in sport*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Hanin, Y. L. in Syrja, P. (1995). Performance effect in soccer players: An application of IZOF

- model. *International Journal of Sport Medicine*, 16(4), 264-269.
- Heuze, J. P., Raimbault, N. in Fontayne, P. (2006). Relationships between cohesion, collective efficacy and performance in professional basketball teams: An examination of mediating effects. *Journal of sports sciences*, 24, (1), 59-68.
- Higgins, E. (1989). Self-discrepancy theory: What patterns of self-beliefs cause people to suffer? *Advances in Experimental Social Psychology*, 22, 93-136.
- Hogg, M. A. (2003). Social identity. V M. R. Leary in J. P. Tangney (ur.), *Handbook of self and identity* (str. 462-479). New York: Guilford Press.
- Hogg, M. A. (2006). Social identity theory. V P. J. Burke (ur.), *Contemporary social psychological theories* (str. 111-136). Stanford, CA: Stanford University Press.
- Howe, L. (2008). Gamesmanship. *Journal of the philosophy of sport*, 31(2), 212–225.
- Hurlburt, R. T. in Heavey, C. L. (2006). *Exploring inner experience: The descriptive experience sampling method*. Philadelphia: John Benjamins Publishing Company.
- Hutto, D. D. (1997). The story of the self: The narrative basis of self-development. V K. Simms (ur.), *Critical studies: Ethics and the subject* (str. 61-75). Amsterdam: Rodopi.
- Ilundain-Agurruza, J. (2015a). Everything mysterious under the moon—Social practices and situated holism. *Sport Ethics and Philosophy*, 8(4), 1-64.
- Ilundain-Agurruza, J. (2015b). From clumsy failure to skillful fluency: A phenomenological analysis of and Eastern solution to sport's choking effect. *Phenomenology and the Cognitive Sciences* 14(2), 397-421.
- Jiang, Y., Cho, A. in Adaval, R. (2009). The unique consequences of feeling lucky: Implications for consumer behavior. *Journal of Consumer Psychology*, 19, 171-184.
- Jones, G., Hanton, S. in Connaughton, D. (2002). What is this thing called mental toughness? An investigation of elite sport performers. *Journal of Applied Sport Psychology*, 14, 205-218.
- Jones, I., Brown, L. in Holloway, I. (2012). *Qualitative Research in Sport and Physical Activity*. London: SAGE.
- Jopling, D. A. (2000). *Self-knowledge and the self*. London: Routledge.
- Jowett, S. (2007). Coach-athlete relationships ignites sense of groupness. V M. R. Beauchamp in M. A. Eys (ur.), *Group Dynamics in Exercise and Sport Psychology* (str. 63-77). Abingdon: Routledge.

- Jowett, S. in Lavallee, D. (ur.). (2007). *Social psychology in sport*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Kajtna, T., Tušak, T. in Tušak, M. (2002). Razlike v psihološkem profilu bolj uspešnih in manj uspešnih športnikov. V M. Tušak in J. Bednarik (ur.), *Nekateri psihološki, socialni in ekonomski vidiki športa v Sloveniji* (str. 71-85). Ljubljana: Fakulteta za šport, Univerza v Ljubljani.
- Kahneman, D. (2016). *Razmišljanje, hitro in počasno*. Ljubljana: UMco.
- Kavussanu, M. (2007). Morality in sport. V S. Jowett in D. Lavallee (ur.), *Social Psychology in Sport* (str. 265-277). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Kavussanu, M. (2008). Moral behaviour in sport: a critical review of the literature. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 1(2), 124-138.
- Kavussanu, M. in Ntoumanis, N. (2003). Participation in sport and moral functioning: Does ego orientation mediate their relationship? *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 25(4), 1-18.
- Kavussanu, M. in Roberts, G. C. (2001). Moral functioning in sport: An achievement goal perspective. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 23, 37-54.
- Kavussanu, M., Roberts, G. C. in Ntoumanis, N. (2002). Contextual influences on moral functioning of college basketball players. *The Sport Psychologist*, 16, 347-367.
- Kavussanu, M. in Spray, C. M. (2006). Contextual influences on moral functioning of male football players. *The Sport Psychologist*, 20, 1-23.
- Keeler, L. A. (2007). The differences in sport aggression, life aggression, and life assertion among adult male and female collision, contact, and non-contact sport athletes. *Journal of Sport Behavior*, 30(1), 57-76.
- Kemmelmeier, M. in Oyserman, D. (2001). Gendered influence of downward social comparison on current and possible selves. *Journal of Social Issues*, 57, 129-148.
- Kihlstrom, J. F., Beer, J. S. in Klein, S. B. (2003). Self and identity as memory. V M. R. Leary in J. P. Tangney (ur.), *Handbook of self and identity* (str. 68-90). New York: Guilford Press.
- King, S. (2006). *Running in the zone. A handbook for seasoned athletes*. Victoria: Trafford Publishing.
- Klein, J. (1994). *Our need for others and its roots in infancy*. London: Routledge.

- Kohlberg, L. (1982). Dete kao filozof morala. V I. Ivić in N. Havelka (ur.), *Proces socializacije kod dece* (str. 51-63). Beograd: Zavod za udžbenike i nastavna sredstva.
- Kohlberg, L. (1984). *The psychology of moral development (The nature and validity of moral stages)*. San Francisco: Harper and Row Publishers.
- Kohn, A. (1992). *No contest: The case against competition*. Boston: Houghton Mifflin.
- Kordeš, U. (2005). A peaceful coexistence of epistemologies – philosophy from the constructivist's point of view. *Kybernetes*, 34(1/2), 295-305.
- Kordeš, U. (2008). Fenomenološko raziskovanje v psihoterapiji. *Kairos*, 2(3-4), 9-21.
- Kordeš, U. (2012). Thinking of experience, experiencing thinking. *Interdisciplinary Description of Complex Systems*, 10(3), 223-234.
- Kordeš, U. in Smrdu, M. (2015). *Osnove kvalitativnega raziskovanja*. Koper: Založba Univerze na Primorskem.
- Kowalska, J. E. (2015). Awareness of fair play and foul play among the students of Grieg city academy in London. *Journal of Education, Health and Sport*, 5(8), 457-473.
- Krebs, D. L. in Denton, K. (1997). The forms and functions of real-life moral decision-making. *Journal of Moral Education*, 26(2), 131-146.
- Krebs, D. L. in Denton, K. (2005). Toward a more pragmatic approach to morality: A critical evaluation of Kohlberg's model. *Psychological Review*, 112(3), 629–649.
- Kroflič, R. (1997). *Med poslušnostjo in odgovornostjo: Procesno-razvojni model moralne vzgoje*. Ljubljana: Vija.
- Kurtines, W.M. in Gewirtz, J.L. (2014). *Handbook of moral behaviour and development*. New York: Psychology press.
- Laufer, W. S. in Day, J. M. (1983). *Personal theory, moral development and criminal behaviour*. Lexington: Lexington Books.
- Laughlin, P. R. (1996). Group decision making and collective induction. V E. H. White in J. H. Davis (ur.), *Understanding group behavior: Consensual action by small groups*. Mahwah: Lawrence Erlbaum associates, publishers.
- Lavallee, D., Kremer, J., Moran, A. P. in Williams, M. (2004). *Sport psychology: Contemporary themes*. New York: Palgrave MacMillan.
- Lazarus, R. S. (2000a). How emotions influence performance in competitive sports. *The Sport Psychologist*, 14, 229–252.

- Lazarus, R. S. (2000b). Cognitive-motivational-relational theory of emotion. V Y. L. Hanin (ur.), *Emotions in Sport* (str. 39–63). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Lemyre, P. N., Roberts, G. C. in Ommundsen, Y. (2002). Achievement goal orientations, perceived ability, and sportpersonship in youth soccer. *Journal of Applied Sport Psychology, 14*(2), 120-136.
- Lewis, M. (1990). Self-knowledge and social development in early life. V L. A. Pervin (ur.), *Handbook of personality* (str. 277-300). New York: Guilford.
- Li, C., Sun, Y., Ho, M. Y., You, J., Shaver, P. R. in Wang, Z. (2016). State narcissism and aggression: the mediating roles of anger and hostile attributional bias. *Aggressive behavior, 42*(4), 333-345.
- Liddell, H. G. in Scott, R. (1996). *A Greek-English Lexicon*. Oxford: Clarendon press.
- Locke, A. (2001). Being in the zone: notions of agency in athletic performance. *Proceedings of the British Psychological Society, 9*(1), 83.
- Loland, S. (2002). Fair play: Historical anachronism or topical ideal? V S. J. Parry in M. J. McNamee (ur.), *Ethics and sport*. London: Routledge.
- Loland, S. (2015). Fair play. V M. McNamee, W. J. Morgan in R. S. Kretchmar (str. 333-350). *Routledge handbook of the philosophy of sport*. London: Routledge.
- Lougehead, T. M. in Leith, L. M. (2001). Hockey coaches' and players' perceptions of aggression and the aggressive behavior of players. *Journal of Sport Behavior, 24*, 394-407.
- Lumpkin, A., Stoll, S. K. in Beller, J. M. (1994). *Sport ethics: Applications for fair play*. ZDA: Mosby-Year Book, Inc.
- Markus, H. in Nurius, P. (1986). Possible selves. *American Psychologist, 41*(9), 954–969.
- Martens, R. (1975). *Social psychology of sport*. New York: Harper and Row.
- Martens, R., Vealey, R. S. in Burton, D. (1990). *Competitive anxiety in sport*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Massimini, F., Csikszentmihályi, M. in Carli, M. (1987). The monitoring of optimal experience: A tool for psychiatric rehabilitation. *Journal of nervous and mental disease, 175*(9), 545-549.
- Maslow, H. A. (1982). *Motivacija i ličnost*. Beograd: Nolit.
- Masten, R., Tušak, M. in Faganel, M. (2006). Impact of identity on anxiety in athletes. *Kinesiology, 38*(2), 126-134.

- Maturana, H. R. in Varela, F. J. (1987). *The tree of knowledge: The biological roots of human understanding*. Boston: Shambhala Publications.
- Maxwell, J. P., Moores, E. in Chow, C. C. F. (2007). Anger rumination and self-reported aggression amongst British and Hong Kong Chinese athletes: A cross cultural comparison. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 5, 9-27.
- Mayers, D. G. (2009). *Social psychology*. New York: McGraw-Hill Higher Education.
- McHugh, L. in Stewart, I. (2012). *The self and perspective-taking: Contributions and applications from modern behavioral science*. Oakland, CA: New Harbinger.
- McIntosh, P. C. (1979). *Fair play: Ethics in sport and education*. London: Heinemann.
- Mead, G. H. (1967). *Mind, self and society*. Chicago: University of Chicago Press.
- Mellen, E. (2008). Competition as relationship: Sport as mutual quest towards excellence. The image of God in the human body, essays on christianity and sports. Pridobljeno iz:
https://www.veritesport.org/downloads/theology_of_sport/Competition_as_Relationship.pdf.
- Mesec, B. (1998). *Uvod v kvalitativno raziskovanje v socialnem delu*. Ljubljana: Visoka šola za socialno delo.
- Milivojević, Z. (2008). *Emocije: Razumevanje čustev v psihoterapiji*. Novi Sad: Psihopolis Institut.
- Miller, B. W., Roberts, G. C. in Ommundsen, Y. (2005). Effect of perceived motivational climate on moral functioning, team moral atmosphere perceptions, and the legitimacy of intentionally injurious acts among competitive youth football players. *Psychology of Sport and Exercise*, 6, 461-477.
- Mintah, J. K., Huddleston, S. in Doody, S. G. (1999). Justifications of aggressive behavior in contact and semicontact sports. *Journal of Applied Social Psychology*, 29(3), 597-605.
- Misja, R. (2003). Dinamika športne ekipe. V M. Tušak, R. Misja in A. Vičič (ur.), *Psihologija ekipnih športov* (str. 9-103). Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
- Moneta, G. B. (2012). On the measurement and conceptualization of flow. V S. Engeser (ur.) *Advances in flow research* (str.23-50). New York: Springer.
- Moneta, G. B. (2004). The flow model of intrinsic motivation in Chinese: Cultural and personal moderators. *Journal of Happiness Studies*, 5, 181-217.

- Morente-Sánchez, J. in Zabala, M. (2013). Doping in sport: a review of elite athletes' attitudes, beliefs, and knowledge. *Sports Medicine*, 43(6), 395-411.
- Morgan, W. J. (1976). An analysis of the Sartrean ethic of ambiguity as the moral ground for the conduct of sport. *Journal of the philosophy of sport*, 3(1), 82-96.
- Morgan, W. J., Meier K. V. in Schneider, A. J. (2001). *Ethics in sport*. NY: Human Kinetics.
- Morris, L., Davis, D. in Hutchings, C. (1990). Cognitive and emotional components of anxiety: Literature review and revised Worry-Emotionality Scale. *Journal of Educational Psychology*, 73, 541-555.
- Musek, J. (1992). Struktura jaza in samopodobe. *Anthropos*, 24(3/4), 59-79.
- Musek, J. (1993). *Osebnost in vrednote*. Ljubljana: Educy.
- Nakamura, J. in Csikszentmihalyi, M. (2014). The concept of flow. V J. Nakamura (ur.), *Handbook of positive psychology* (str. 89-105). New York: Oxford University Press.
- Nesti, M. (2004). *Existential psychology and sport: Theory and application*. London: Routledge.
- Nesti, M. (2011). Phenomenology and sports psychology: Back to the things themselves! *Sport, Ethics and Philosophy*, 5(3), 285-296.
- O'Halloran, L., Littlewood, M., Richardson, D., Tod, D. in Nesti, M. (2016). Doing descriptive phenomenological data collection in sport psychology research. *Sport in society*, 1-12.
- Ommundsen, Y., Roberts, G. C., Lemyre, P. N. in Treasure, D. (2003). Perceived motivation climate in male youth soccer. Relations to social-moral functioning, sportspersonship and team norm perceptions. *Psychology of Sport and Exercise*, 25, 397-413.
- Orlick, T. (1998). *Mentalni trening za sportaše*. Zagreb: Gopal.
- Owens, T. J, Robinson, D. T. in Smith-Lovin, L. (2010). Three faces of identity. *Annual Review of Sociology*, 36, 477-499.
- Oyserman, D. (2007). Social identity and self-regulation. V A. W. Kruglanski in E. T. Higgins (ur.), *Social psychology: Handbook of basic principles* (str. 432-453). New York: Guilford Press.
- Oyserman, D. (2009). Identity-based motivation: Implications for action-readiness, procedural- readiness, and consumer behavior. *Journal of Consumer Psychology*, 1(9), 250-260.

- Oyserman, D., Elmore, K. in Smith, G. (2012). Self, self-concept, and identity. V M. R. Leary in J. P. Tangney (ur.), *Handbook of self and identity*. (str. 69-104). New York: Guilford Press.
- Oyserman, D. in Lee, S. W. S. (2008). Does culture influence what and how we think?: Effects of priming individualism and collectivism. *Psychological Bulletin*, 134, 311-342.
- Oyserman, D. in Markus, H. (1993). The socio-cultural self. V J. Suls in A. Greenwald (ur.), *Psychological perspectives on the self* (str. 187-220). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Oyserman, D. in Markus, H. R. (1998). Self as social representation. V S. U. Flick (ur.), *The psychology of the social* (str. 107-125). New York: Cambridge University Press.
- Oyserman, D. in Sorensen, N. (2009). Understanding cultural syndrome effects on what and how we think: A situated cognition model. V R. Wyer, Y. Y. Hong in C. Y. Chiu (ur.), *Understanding culture: Theory, research and application* (str. 25-52). New York: Psychology Press.
- Paradis, K. F., Carron, A. V. in Martin, L. J. (2014). Athlete perceptions of intra-group conflict in sport teams. *Sport and Exercise Psychology Review*, 10(3), 4-18.
- Paranosić, V. in Lazarević, L. V. (1975). *Psihodinamika sportske grupe: psihološki aspekti rada trenera*. Beograd: Savez za fizičku kulturu.
- Parnas, J. (2007). Subjectivity in schizophrenia: The minimal self is too small. V I. U. Dalferth (ur.), *Religion in philosophy and theology* (str. 55-69). Tübingen: Mohr Siebeck.
- Petitmengin, C. (2006). Describing one's subjective experience in the second person: An interview method for the science of consciousness. *Phenomenology and Cognitive Science*, 5, 229-269.
- Petrovič, K. in Doupona, M. (1996). *Sociologija športa*. Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Pohlkamp, S. (2014). *The impact of referees on match outcomes in professional sports: Evidence from German Football Bundesliga*. Pridobljeno iz spletne strani Universität Hamburg. https://www.wiso.uni-hamburg.de/fileadmin/vwl/industrioekonomik/Team/Steffi/individual_01.pdf
- Potter, D. (2011). *The Victor's Crown: A History of Ancient Sport from Homer to Byzantium*. Oxford: Oxford university press.

- Power, F. C., Higgins, A. in Kohlberg, L. (1989). *Lawrence Kohlberg's approach to moral education*. New York: Columbia.
- Przyłuska-Fischer A. in Misiuna B. (1993). *Etyczne aspekty sportu*. [Etični vidiki športa]. Warszawa: Wydawnictwo AWF.
- Rajesh, K. (2010). Competing against doping. *British journal of sports medicine*, 44(1), i8–i8.
- Rathschlag, M. in Memmert, D. (2013). The influence of self-generated emotions on physical performance: An investigation of happiness, anger, anxiety, and sadness. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 35(2), 197-210.
- Reid, H. (2012). Athletic beauty in classical Greece: A philosophical view. *Journal of the Philosophy of Sport*, 39(2), 281–97.
- Roberts, R., Woodman, T., Hardy, L., Davis, L. in Wallace, H. M. (2013). Psychological skills do not always help performance: The moderating role of narcissism. *Journal of Applied Sport Psychology*, 25(3), 316-325.
- Rogerson, M. D., Gottlieb, M. C., Handelsman, M. M., Knapp, S., in Younggren, J. (2011). Nonrational processes in ethical decision making. *American Psychologist*, 66(7), 614-623.
- Rudd, A. in Stoll, S. K. (2013). Understanding sportsmanship. *Journal of Education, Recreation & Dance*, 69(9), 41.
- Russell, J. A. in Mehrabian, A. (1974). Distinguishing anger and anxiety in terms of emotional response factors. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 42(1), 79-83.
- Sedikides, C. in Spencer, S. J. (ur.). (2007). *The self*. New York: Psychology Press.
- Sève, C., Ria, L., Poizat, G., Saury, J. in Durand, M. (2007). Performance-induced emotions experienced during high-stakes table tennis matches. *Psychology of Sport and Exercise*, 8, 25-46.
- Shields, D. In Bredemeier, B. (1995). *Character in action: Moral development*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Shrauger, J. S. in Schoeneman, T. J. (1979). Symbolic interactionist view of self-concept: Through the glass darkly. *Psychological Bulletin*, 86, 549-573.
- Silva, J. M. (1983). The perceived legitimacy of rule violating behavior in sport. *Journal of*

Sport Psychology, 5, 438–448.

- Silva, J. M. (1984). Personality and sport performance: Controversy and challenge. V J. M. in R. S. Weinberg (ur.), *Psychological foundations of sport* (str. 59-69). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Simon, R. L., Torres, C. R. in Hager, P. F. (2014). *Fair play: the ethics of sport*. Boulder: Westview press.
- Smeesters, D., Wheeler, S. C. in Kay, A. C. (2010). Indirect prime-to-behavior effects: The role of perceptions of the self, others, and situations in connecting primed constructs to social behavior. *Advances in Experimental Social Psychology*, 42, 259-317.
- Smits, D. J. in Kuppens, P. (2005). The relations between anger, coping with anger, and aggression, and the BIS/BAS system. *Personality and Individual Differences*, 39, 783-793.
- Smith, J. A. (2011). Evaluating the contribution of interpretative phenomenological analysis. *Health Psychology Review*, 5(1), 9-27.
- Smith, J. A., Flower, P. in Larkin, M. (2009). *Interpretative phenomenological analysis: Theory, method and research*. London: Sage.
- Smith, M. D. (1983). *Violence and sport*. Toronto: Butterworths.
- Smrdu, M. (2002). *Nekateri vidiki fair playa in etike pri slovenskih olimpijskih športnikih (Sydney, 2000)* (Diplomsko delo). Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Ljubljana.
- Stapel, D. A. in Koomen, W. (2001). I, we, and the effects of others on me: How self-construal level moderates social comparison effects. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80, 766-781.
- Stephens, D. E. (2001). Predictors of aggressive tendencies in girls' basketball: An examination of beginning and advanced participants in a summer skills camp. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 3, 257-266.
- Stephens, D. E. in Kavanagh, B. (2003). Aggression in Canadian youth ice hockey: The role of moral atmosphere. *International Sports Journal*, 7, 109–119.
- Strauss, A. in Corbin, J. (1998). *Basics of qualitative research: Grounded theory procedures and techniques*. London: Sage.
- Suits, B. (1990). *The grasshopper: Games, life and utopia*. Ontario: Broadview Press.

- Sutter, M. in Kocher, M. (2004). Favoritism of agents – The case of referees home bias. *Journal of Economic Psychology*, 25(4), 461-469.
- Swann, W. B. in Bosson, J. K. (2010). Self and identity. V D. T. Gilbert, S. T. Fiske in G. Lindzey (ur.), *Handbook of social psychology* (str. 589-628). Hoboken, NJ: John Wiley and Sons.
- Tajfel, H. in Turner, J. (2004). The social identity theory of intergroup behavior. V J. Jost in J. Sidanius (ur.), *Political psychology: Key readings* (str. 276-293). New York: Psychology Press.
- Tenenbaum, G., Stewart, E., Singer, R. N. in Duda, J. (1996). Aggression and violence in sport: An ISPP position stand. *International Journal of Sport Psychology*, 27, 229-236.
- Thompson, E. (2007). *Mind in life: biology, phenomenology, and the sciences of mind*. Cambridge: Harvard University Press.
- Tod, H. in Hodge, K. (2001). Moral reasoning and achievement motivation in sport: A qualitative inquiry. *Journal of Sport Behavior*, 24(3), 307.
- Tucker, L. W. in Parks, J. B. (2001). Effects of gender and sport type on intercollegiate athletes' perceptions of the legitimacy of aggressive behaviors in sport. *Sociology of Sport Journal*, 18, 403-413.
- Turner, D. W. (2010). Qualitative interview design: A practical guide for novice investigators. *The Qualitative Report*, 15(3), 754-760. Pridobljeno iz <http://www.nova.edu/ssss/QR/QR15-3/qid.pdf>
- Tušak, M. in Kandare, M. (2004). *Jaz-športnik: Samopodoba in identiteta športnikov*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
- Tušak, M. in Tušak, M. (2001). *Psihologija športa*. Ljubljana: Znanstveni inštitut Filozofske fakultete.
- Vallerand, R. J. in Bissonnette, R. (1992). Intrinsic, extrinsic, and amotivational styles as predictors of behavior: A prospective study. *Journal of Personality*, 60, 599-620.
- Vallerand, R. J., Briere, N. M., Blacharand, C. in Provencher, P. (1997). Development and validation of the Multidimensional Sportspersonship Orientations Scale. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 19, 197-206.

- Vallerand, R. J., Deshaies, P., Cuerrier, J. P., Briere, N. M. in Pelletier, L. G. (1996). Toward a multidimensional definition of sportmanship. *Journal of Applied Sport Psychology, 8*, 89-101.
- Vallerand, R. J. in Losier, G. F. (1994). Self-determined motivation and sportsmanship orientations: An assessment of their temporal relationship. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 16*, 229–245.
- Vallerand, R. J., Rousseau, F. L., Grouzet, F. M., Dumais, A., Grenier, S. in Blanchard, C. M. (2006). Passion in sport: A look at determinants and affective experiences. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 28*(4), 453-478.
- Visek, A. J. (2007). *Athletic identity and aggressive behavior: A cross-cultural analysis in contact and collision sports*. Morgantown: ProQuest. Pridobljeno iz <https://books.google.si/books?id=2PO3BUQRKF4C&pg=PA4&lpg=PA4&dq=tod+and+hodge+2001&source=bl&ots=VFx2E8tST0&sig=PMzjbn3L5jkwSUTnSFJRg8UXkQ&hl=sl&sa=X&ved=0ahUKEwjancOMvZnPAhXLvBoKHe8nAJ4Q6AEINDAD#v=onepage&q=tod%20and%20hodge%202001&f=false>
- Visek, A. J. in Watson, J. (2005). Ice hockey players' legitimacy of aggression and professionalization of attitudes. *The Sport Psychologist, 19*(29), 178-192.
- Weinberg, R. in Gould, D. (2007). *Foundations of sport and exercise psychology*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Weir, S. J. (2008). Competition as relationship: Sport as mutual quest towards excellence. V D. L. Deardorff in J. White (ur.), *The image of God in the human body, essays on christianity and sports* (str. 101-121). Lewiston, NY: Edward Mellen.
- Wells, A. (2002). *Cognitive therapy of anxiety disorders*. West Sussex: John Wiley and Sons.
- Willig, C. in Rogers, W. (2007). *Handbook of qualitative research in psychology*. London: Sage.
- Winnicott, D. W. (1965). *The maturational processes and the facilitating environment*. New York: International Universities Press.
- Woodman, T., Davis, P. A., Hardy, L., Callow, N., Glasscock, I. in Yuill-Proctor, J. (2009). Emotions and sport performance: An exploration of happiness, hope, and anger. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 31*, 169–188.
- Woodman, T. in Hardy, L. (2001). Stress and anxiety. V R. N. Singer, H. A. Hausenblas in C.

- M. Janelle (ur.), *Handbook of sport psychology* (str. 290-318). New York: Wiley.
- Woodman, T., Roberts, R., Hardy, L., Callow, N. in Rogers, C. H. (2011). There is an "I" in TEAM: Narcissism and social loafing. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 82(2), 285-290.
- Yannick S., Torregrosa, M. in Sanchez, X. (2007). The body matters: Psychophysical impact of retiring from elite sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 8(1), 73-83.
- Zahavi, D. (2007). Self and others. V D. D. Hutto (ur.), *Narrative and understanding persons*. Royal Institute of Philosophy Supplement 60 (str. 179-201). Cambridge: Cambridge University Press.
- Zupančič, M. (1991). Med moralno sodbo in dejanjem. *Anthropos*, 23(1-3), 257-265.