

## Επιθετικότητα - Βία στον αθλητισμό Γιάννης Θεοδωράκης

*Το κεφάλαιο αυτό αποτελεί αναπαραγωγή από σχετικό κεφάλαιο του συγγραφέα από το βιβλίο:  
Θεοδωράκης, Γ., κα. (2008). Το πρόγραμμα Καλλιπείρα. Από τα σπορ στη ζωή. Όλοι διαφορετικοί όλοι ίσοι.*

ΥΠΕΠ@[http://lab.pe.uth.gr/psych/index.php?option=com\\_content&view=article&id=105&Itemid=256&lang=el](http://lab.pe.uth.gr/psych/index.php?option=com_content&view=article&id=105&Itemid=256&lang=el)

Το κεφάλαιο αυτό αναλύει τα προβλήματα της βίας και της επιθετικότητας στα σπορ, και εστιάζεται σε προτάσεις και στρατηγικές, από προπονητές, καθηγητές φυσικής αγωγής και την πολιτεία για τη μείωση όλων των ανεπιθύμητων αυτών συμπεριφορών στους χώρους άθλησης.

Η επιθετικότητα στο χώρο του αθλητισμού εκφράζεται με κάθε προσπάθεια ή ενέργεια ενός αθλητή ή φιλάθλου να κινηθεί εναντίον άλλων ατόμων. Η επιθετικότητα είναι μία μαθημένη κοινωνική συμπεριφορά και, ως εκ τούτου, στο χώρο του αθλητισμού είναι ιδιαίτερα σημαντικός ο ρόλος του του προπονητή, ο οποίος μπορεί να συμβάλει στην ανάπτυξη μη επιθετικής συμπεριφοράς. Οι αθλητές και οι μαθητές πρέπει να διδάσκονται ότι η επιθετικότητα κάνει κακό στην υγεία, μειώνει πάντα την απόδοσή τους σε ό,τι κάνουν. Η δε επιθετικότητα των θεατών, μεταξύ των άλλων, καταστρέφει την απόδοση των ομάδων και αποτελεί λάθος, όπως, άλλωστε, λάθος αποτελεί και στην καθημερινή τους ζωή.

### Ορισμοί

Η επιθετικότητα στο χώρο του αθλητισμού εκφράζεται με κάθε προσπάθεια ή ενέργεια ενός αθλητή ή φιλάθλου να κινηθεί εναντίον άλλων ατόμων. Αντίθετα, η βία περιέχει τη χρήση φυσικής δύναμης ή έντασης, που ενεργοποιείται από ένα επιθετικό κίνητρο και, βεβαίως, είναι μη λογική. Η επιθετικότητα εκφράζει την πρόθεση να βλάψει κανείς κάποιον ή να τον τραυματίσει φυσικά ή ψυχολογικά, ενώ η βία εκφράζει τη φυσική πλευρά, είναι η συμπεριφορά αυτή που οδηγεί κάποιον να βλάψει ή να τραυματίσει κάποιον άλλο.

Στον αθλητισμό η διεκδίκηση της μπάλας πολλές φορές, ενώ είναι νομιμοποιημένη, έχει στοιχεία επιθετικότητας. Για παράδειγμα, ένα ριμπάουντ ή οι κινήσεις των χεριών στο μπάσκετ, ένα μπλοκάρισμα, ένα τάκλιν στο ποδόσφαιρο έχουν στοιχεία επιθετικότητας και, βεβαίως, τα όρια νομιμότητας ή όχι των ενεργειών αυτών είναι πολύ υποκειμενικά. Ένα τάκλιν, για παράδειγμα, λίγο απέχει από τη νομιμότητα και το επιτρεπτό και εύκολα μπορεί να μετατραπεί σε παράνομο, επιθετικό και επικίνδυνο. Αυτό είναι ένα σοβαρό πρόβλημα και, δυστυχώς, κάποιιοι θεωρούν ότι τα στοιχεία επιθετικότητας είναι αναγκαία και από τη φύση διάφορων αθλημάτων.

### Ψυχολογικές θεωρίες για την επιθετικότητα

Υπάρχουν αρκετές θεωρίες οι οποίες προσπάθησαν να εξηγήσουν το φαινόμενο της επιθετικότητας. Στην ενότητα αυτή παρουσιάζονται τέσσερις

βασικές: η θεωρία του ενστίκτου, η θεωρία της κάθαρσης, η θεωρία της απογοήτευσης-επιθετικότητας και η θεωρία της κοινωνικής μάθησης.

*Η θεωρία του ενστίκτου.* Σύμφωνα με τη θεωρία αυτή, η επιθετικότητα είναι έμφυτη στον άνθρωπο. Υποστηρίζεται ότι κάποιοι άνθρωποι γεννιούνται έτσι, ενώ κάποιοι άλλοι όχι και η συμπεριφορά καθορίζεται από το ένστικτο της επιθετικότητας το οποίο εκδηλώνεται, όταν υπάρχουν οι κατάλληλες συνθήκες.

*Η υπόθεση της κάθαρσης.* Η υπόθεση της κάθαρσης είναι συναφής με τη θεωρία του ενστίκτου. Οι οπαδοί αυτής της υπόθεσης υποστηρίζουν ότι η συμμετοχή του ατόμου σε δραστηριότητες, όπως τα σπορ, οι οποίες δίνουν την ευκαιρία να επιδείξει κοινωνικά αποδεκτές μορφές επιθετικότητας, μειώνει τα επίπεδα επιθετικότητας του ατόμου, γιατί δίνει διέξοδο στην έμφυτη επιθετικότητα. Σύμφωνα με τη θεωρία, η αποτυχία ενός αθλητή θα τον κάνει πιο επιθετικό ή αγχώδη ή επικίνδυνο να βλάψει κάποιον άλλο, ενώ το φιλαθλο η αποτυχία της ομάδας θα τον οδηγήσει σε επιθετικές ενέργειες.

*Η θεωρία της απογοήτευσης-επιθετικότητας.* Σύμφωνα με αυτήν τη θεωρία, η επιθετικότητα είναι άμεσο προϊόν της απογοήτευσης του ατόμου από την αποτυχία των προσπαθειών του ή το μπλοκάρισμα των στόχων του.

*Η θεωρία της κοινωνικής μάθησης.* Σύμφωνα με τη θεωρία της κοινωνικής μάθησης, η επιθετικότητα είναι μία μαθημένη κοινωνική συμπεριφορά. Όπως αναλύεται από τον Bandura (1973, 1977), οι βασικές λειτουργίες που συντελούν στην εκμάθηση και την υιοθέτηση επιθετικής συμπεριφοράς είναι η άμεση επιβράβευση, η παρατήρηση και η μίμηση.

Στα σπορ παρατηρεί κανείς συχνά *επιβράβευση* της επιθετικής συμπεριφοράς. Οι οπαδοί πολύ συχνά θα χειροκροτήσουν και θα ενθουσιαστούν με το σκληρό παιχνίδι ενός παίκτη της ομάδας τους. Ο νεαρός αθλητής πολύ συχνά θα πάρει ένα «μπράβο» από τους γονείς του ή τον προπονητή του, γιατί έβαλε στη θέση του έναν αντίπαλο. Αντίθετα, μια συκρατημένη ή τίμια συμπεριφορά από έναν αθλητή εύκολα εκλαμβάνεται ως ατολμία και παθητικότητα, κάτι που στον αθλητισμό δε δικαιολογείται.

Η *παρατήρηση* και η *μίμηση* προτύπων είναι ο δεύτερος τρόπος με τον οποίο μαθαίνεται η επιθετική συμπεριφορά. Οι αθλητές και οι αθλήτριες, παρατηρώντας άλλους αθλητές να επιδεικνύουν επιθετική συμπεριφορά, μαθαίνουν και μιμούνται αυτή τη συμπεριφορά. Η μίμηση και η μάθηση συντελείται, ιδιαίτερα όταν το πρότυπο, το οποίο συμπεριφέρεται επιθετικά, επιβραβεύεται για αυτή του την πράξη. Έτσι, ο αθλητής ο οποίος παίρνει τα εύσημα από τον προπονητή του για το σκληρό του παιχνίδι και συγκεντρώνει τα φώτα της δημοσιότητας πάνω του είναι ένα ελκυστικό πρότυπο επιθετικής συμπεριφοράς.

Η θεωρία της κοινωνικής μάθησης απορρίπτει ότι η επιθετικότητα είναι έμφυτη και από αυτήν τη σκοπιά είναι ιδιαίτερα δυναμική, αισιόδοξη και ελπιδοφόρα η προσέγγισή της. Γιατί, αν η επιθετικότητα μαθαίνεται, τότε μπορούμε να ευελπιστούμε ότι μαθαίνεται και η μη επιθετική συμπεριφορά. Μπορούμε να επηρεάσουμε αρνητικά τη διαδικασία επίδρασης των επιθετικών προτύπων και των διαδικασιών μάθησης της επιθετικής συμπεριφοράς, έτσι ώστε να συντελέσουμε στη μείωσή της. Στο χώρο του

αθλητισμού είναι ιδιαίτερα σημαντικός ο ρόλος του καθηγητή της φυσικής αγωγής ή του προπονητή, ο οποίος μπορεί, επιβραβεύοντας θετικές συμπεριφορές και προβάλλοντας τα υγιή πρότυπα, να συμβάλει στην ανάπτυξη της μη επιθετικής συμπεριφοράς.

### **Ο ρόλος των ΜΜΕ**

Σημαντικός είναι και ο ρόλος των Μέσων Μαζικής Ενημέρωσης, τα οποία μπορούν να συντελέσουν στη μείωση της επιθετικότητας, ανάλογα με τον τρόπο που προβάλλουν διάφορα γεγονότα, τα διάφορα πρότυπα της εποχής. Υπάρχουν έρευνες που δείχνουν ότι σε πειράματα η παρακολούθηση βίαιων συμπεριφορών έκανε τα άτομα πιο επιθετικά. Το ίδιο θεωρείται ότι κάνουν οι βίαιες σκηνές είτε στην τηλεόραση είτε σε φιλμ είτε στον αθλητισμό. Άλλες έρευνες έδειξαν ότι άτομα που παρακολουθούσαν την ομάδα τους να χάνει γίνονταν πιο εχθρικά.

Η παρατήρηση επιθετικών ή βίαιων συμπεριφορών κάνει τον παρατηρητή πιο επιθετικό. Αν ο θεατής παρακολουθήσει βίαια γεγονότα, υπάρχει πιθανότητα να προσπαθήσει να τα μιμηθεί. Στους αθλητικούς χώρους είναι συνηθισμένο ο φαινόμενο ο διαπληκτισμός μεταξύ αθλητών ή αθλητών και διαιτητών να μεταφέρεται στην κερκίδα και τους θεατές. Ο νεαρός οπαδός της ομάδας που ακούει επικίνδυνες δηλώσεις από παράγοντες ή αθλητές μπορεί, επίσης, να επηρεαστεί. Αυτό το κλίμα των προηγούμενων ημερών που επαναδιαμορφώνεται από διάφορες συγκυρίες, παλαιών διαφορών και αδικίες, δηλώσεις διαφόρων, κρισιμότητα βαθμολογική κτλ. οδηγεί, συνήθως, στην εκδήλωση των βίαιων επεισοδίων. Ακόμα και «αθώες» ή «συμβολικές» δηλώσεις της μορφής: *«θα γίνει μάχη, τα στρατόπεδα των δύο ομάδων, οι ηρωικοί οπαδοί θα δώσουν το παρόν, εμείς είμαστε άνδρες, εγώ είμαι Μακεδόνας, εδώ είναι το Πασαλιμάνι»* καλλιεργούν, υπονοούν, διδάσκουν ή προβάλλουν προθέσεις για επιθετικές ενέργειες. Η τηλεοπτική εικόνα είναι καταλυτική, ιδιαίτερα όταν τα πλάνα είναι κοντινά ή αργά και η φωνή του εκφωνητή δραματική ή δήθεν επικριτική και οργισμένη σε επεισόδια μεταξύ φιλάθλων και επεισόδια μεταξύ αθλητών. Υπάρχουν, ακόμα, έρευνες που δείχνουν ότι αρκετοί τηλεθεατές ευχαριστιούνται να βλέπουν βίαια επεισόδια. Δυστυχώς, τα τηλεοπτικά κανάλια το γνωρίζουν αυτό και στο όνομα της δήθεν ενημέρωσης αναζητούν και βιάζονται να προβάλλουν τα πιο βίαια γεγονότα. Στη χώρα μας είναι έντονο το πρόβλημα, καθώς αρκετοί τηλεοπτικοί σταθμοί χειρίζονται ανεύθυνα και απαίδευτα είτε επεισόδια στον αθλητισμό είτε καθημερινά κοινωνικά δράματα. Δυστυχώς, οι κανόνες δεοντολογίας στα θέματα αυτά είτε δεν υπάρχουν είτε παρερμηνεύονται είτε απλά δεν εφαρμόζονται.

### **Οι θεατές και η παιδεία τους.**

Η ευχαρίστηση από το αθλητικό θέαμα είναι το σοβαρότερο κίνητρο για τους θεατές να παρακολουθήσουν αγώνες. Όμως, κάτω από συγκεκριμένες συνθήκες οι θεατές αντιδρούν αρνητικά. Σε γενικές γραμμές, οι θεατές επηρεάζονται από τα ΜΜΕ, από το κοινωνικό και οικογενειακό τους περιβάλλον, από το εργασιακό περιβάλλον και από το ευρύτερο

αθλητικό περιβάλλον, δηλαδή παίχτες, προπονητές, διαιτητές και τους άλλους θεατές.

Η εικόνα των Ελλήνων θεατών δεν είναι η καλύτερη δυνατή. Επεισόδια βίας και επιθετικότητας στους αθλητικούς χώρους συναντάει κανείς καθημερινά. Πολλές φορές παρατηρεί κανείς την έλλειψη αθλητικής παιδείας των Ελλήνων θεατών όχι μόνο σε αγώνες αθλητικών συλλόγων, αλλά, δυστυχώς, ακόμη και σε σχολικά πρωταθλήματα. Οι παραπάνω παρατηρήσεις, σε συνδυασμό με την έλλειψη γνώσης των κανονισμών, την έλλειψη γνώσης των αθλημάτων, την έλλειψη σεβασμού των αντιπάλων, την έλλειψη της παραδοχής ότι κάποιος άλλος μπορεί να είναι καλύτερος, ότι ο αθλητισμός είναι πάνω απ' όλα θέαμα και διασκέδαση και όχι κάτι σοβαρό και κυρίαρχο στη ζωή μας, διαμορφώνουν μια συνολικά αρνητική εικόνα στους αθλητικούς χώρους.

### **Πώς μπορούν να βοηθήσουν οι δημοσιογράφοι και τα ΜΜΕ.**

- *Τα μέσα μαζικής ενημέρωσης πρέπει να αγνοούν εντελώς βίαια επεισόδια και να μην τα παρουσιάζουν. Όταν οι τηλεοπτικοί σταθμοί δείχνουν σκηνές επιθετικών ενεργειών, στην πραγματικότητα ενθαρρύνουν και ηρωοποιούν αυτές τις ενέργειες. Σε αρκετές χώρες απαγορεύεται η προβολή βίαιων επεισοδίων σε αθλητικούς χώρους, έτσι απλά, και αυτή η απαγόρευση εφαρμόζεται.*
- *Δεν πρέπει να παρουσιάζουν προστριβή ή έχθρα ανάμεσα σε δύο ομάδες πριν από τον αγώνα.*
- *Να αποφεύγουν την προβολή του σκληρού παιχνιδιού και την κάλυψη σκηνών βίας είτε με αθλητές είτε με θεατές. Να αποφεύγουν δηλώσεις προπονητών, παραγόντων ή αθλητών που θεωρούν ότι αδικούνται. Να προβάλλουν σκηνές που τονίζουν συναδελφικότητα μεταξύ αντίπαλων ομάδων.*
- *Να προβάλλουν αθλητές-πρότυπα. Να μην προβάλλουν τη φανατισμένη κερκίδα και τους αρχηγούς της.*
- *Να υπάρξει αυστηρή νομοθεσία που θα απαγορεύει την προβολή από τα ΜΜΕ επικίνδυνων δηλώσεων και συμπεριφορών αθλητών, παραγόντων ή οπαδών.*

### **Επιθετικότητα και υγεία**

Η επιθετικότητα είναι επικίνδυνη και για την υγεία του ατόμου. Αυτό πρέπει να λαμβάνεται σοβαρά υπ' όψιν και από γονείς και από εκπαιδευτικούς που στοχεύουν στην ανάπτυξη της επιθετικότητας των παιδιών ή των μαθητών τους, γιατί τη θεωρούν σημαντική παράμετρο επιτυχίας. Θα πρέπει να ξέρουν ότι δεν κάνουν μόνο κακό στους άλλους, αλλά και στα ίδια τα παιδιά. Τόσο στην υγεία τους, όσο και στην απόδοσή τους στον αθλητισμό, στο σχολείο, τη ζωή. Έρευνες δείχνουν ότι τα επιθετικά άτομα έχουν περισσότερες πιθανότητες να αρρωστήσουν σοβαρά. Η επιθετικότητα είναι επικίνδυνη για την υγεία.

### **Τι πρέπει να διδάσκονται οι αθλητές.**

Μερικές γενικές κατευθύνσεις για το τι μπορούμε να κάνουμε, για να αποφύγουμε την εμφάνιση επιθετικών συμπεριφορών και βίας αναφέρονται

παρακάτω, όπως και σε σχετικές με το θέμα πηγές (Cox, 2002; Tenenbaum, Stewart, Singer & Duda, 1997; Θεοδωράκης, Γούδας, & Παπαιωάννου, 2001).

- Η αντιαθλητική συμπεριφορά πρέπει να αποθαρρύνεται. Να τονίζουμε ότι η επιθετικότητα εκτός του ότι είναι αγένεια, δε βοηθάει, αλλά εμποδίζει τις ευκαιρίες μιας ομάδας για τη νίκη. Να τονίζουμε ότι η επιθετικότητα μειώνει την απόδοση των παικτών, των αθλητών ή των μαθητών. Να τονίζουμε ότι σε κατάσταση θυμού και έντασης, τα άτομα είναι απρόσεχτα, μειώνεται η αυτοσυγκέντρωσή τους και, κατά συνέπεια, η απόδοσή τους. Το άγχος και η μειωμένη αυτοσυγκέντρωση πάντα μειώνουν την απόδοση.
  - Έτσι, θα πρέπει να προτείνεται στους αθλητές να χρησιμοποιούν μια τεχνική αναπνοής ή χαλάρωσης, όταν υιώθουν ότι θα χάσουν την ψυχραιμία τους. Να έχει ορίσει από πριν κάποιους κανόνες ή αρχές σωστής αντιμετώπισης για έναν αθλητή ή μαθητή που απογοητεύεται και θυμώνει. Για παράδειγμα, να τον βγάλει αμέσως από το παιχνίδι, για να του δώσει λίγα λεπτά, μέχρι να ηρεμήσει. Ταυτόχρονα πρέπει να εξηγήσει σε όλους ότι αυτή του η ενέργεια δεν είναι απλά μια ποινή, αλλά ένας αναγκαίος κανόνας σωστής συμπεριφοράς. Είναι αναγκαίος, γιατί σε κατάσταση θυμού και επιθετικότητας, έχουμε άγχος, έχουμε μειωμένη αυτοσυγκέντρωση και τελικά δεν αποδίδουμε καλά είτε στα σπορ είτε στα μαθήματα.
  - Οι αθλητές και οι μαθητές πρέπει να διδάσκονται ότι η επιθετικότητα κατά τη διάρκεια ενός αθλητικού αγώνα αποτελεί λάθος, όπως, άλλωστε, αποτελεί λάθος και στην καθημερινή ζωή.
  - Όταν ο στόχος είναι νίκη με κάθε τρόπο, κάποιοι δε διστάζουν ούτε να τραυματίσουν ούτε να ξεγελάσουν το διαιτητή ούτε να αθετήσουν τους κανόνες και τις αρχές της αθλητικής δεοντολογίας.
  - Επιτυχία είναι η προσωπική βελτίωση και όχι το ξεπέραςμα των άλλων. Μεγαλύτερη σημασία έχει η προσπάθεια κι όχι το αποτέλεσμα. Η άθληση είναι πάνω απ' όλα διασκέδαση.
  - Ανεξάρτητα από το τι κάνουν οι αντίπαλοί μας, ποτέ δε συμπεριφερόμαστε αντιαθλητικά, γιατί σεβόμαστε πρώτα από όλα τον εαυτό μας. Οι αντίπαλοι είναι πρόκληση για νέες γνωριμίες.
- Σχετικά με τον περιορισμό της βίας στους αθλητικούς χώρους το θέμα είναι σύνθετο και παρουσιάζεται διεξοδικά στο βιβλίο «Η ψυχολογία της υπεροχής στον αθλητισμό» Θεοδωράκης κ.α. 2003). Οι αθλητές και οι μαθητές πρέπει να μάθουν ότι:
- Ο σεβασμός στον αντίπαλο και τους κανόνες σημαίνει ευγένεια και σεβασμό στις έννοιες «αθλητής» και «άνθρωπος» ενώ κάνει την άθληση ευχάριστη.
  - Σεβόμαστε τους κανόνες, γιατί μας βοηθάει στο να συγκεντρωθούμε στη βελτίωση των ικανοτήτων μας.
  - Ο σεβασμός στους κανόνες είναι απαραίτητος όρος ομαλής κοινωνικής συμβίωσης.
  - Ανεξάρτητα από το τι κάνουν οι άλλοι, σεβόμαστε τους κανόνες, γιατί σεβόμαστε πρώτα από όλα τον εαυτό μας.

### **Ανακεφαλαίωση και συμπεράσματα**

Σε όλους τους προπονητές, τους εκπαιδευτικούς, και ιδιαίτερα στους καθηγητές φυσικής αγωγής, πρέπει να γίνει κατανοητό ότι η μετατροπή των

σχολικών πρωταθλημάτων σε πρωταθλήματα του επαγγελματικού ή σωματιακού αθλητισμού δεν προσφέρει τίποτα απολύτως στον σχολικό αθλητισμό. Η ένταση μεταξύ των σχολείων, ο φανατισμός των κερκίδων και τα επεισόδια μεταξύ των μαθητών, που παρατηρούνται τα τελευταία χρόνια σε ορισμένα σχολικά πρωταθλήματα, πρέπει να αποθαρρύνονται εντελώς, γιατί είναι μια λανθασμένη εκπαιδευτική διαδικασία, που αναπαράγει όλα τα αρνητικά φαινόμενα των γηπέδων του επαγγελματικού ή σωματιακού αθλητισμού, και καμία σχέση δεν έχουν με την εκπαιδευτική αξία της φυσικής αγωγής.

Αντιστοίχως ο φανατισμός των κερκίδων από αθλητικούς παράγοντες, εφημερίδες, κλπ μόνο κακό κάνει στην απόδοση των ίδιων των ομάδων, και μειώνει τις ευκαιρίες για επιτυχίες.

### **Βιβλιογραφία**

- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84, 191-215.
- Bandura, A. (1973). *Aggression: A social learning analysis*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Baron, R.A. (1977). *Human aggression*. New York: Plenum.
- Cox, R.H. (2002). *Sport psychology: Concepts and applications*. Dubuque, IA, Brown & Benchmark.
- Tenenbaum, G., Stewart, E., Singer, R., & Duda, J.L. (1997). Aggression and violence in sport: An ISSP position statement *The Sport Psychologist*, 11, 1-7.
- Θεοδωράκης, Γ. Γούδας, Μ., & Παπαϊωάννου, Α. (2003). *Η ψυχολογία της υπεροχής στον αθλητισμό*. Χριστοδουλίδης: Θεσσαλονίκη.