

# Šport i moralni društveni potencijal

Piše: MIROSLAV HRŽENJAK

**Budući da je šport odgojni proces putem kojeg se itekako može utjecati na stvaranje ispravnog sustava životnih prioriteta – između ostalog i čovjekovog morala – promatranje športa kroz prizmu domoljublja otvara brojne teme, među kojima se posebno ističe ona vezana uz Domovinski rat**

**M**eđu brojnim pitanjima koja čovjeka intrigiraju nalazi se i ono: „Što neku državu čini snažnom i prosperitetnom?“. Dok će veći dio današnjeg pragmatičnog i informacijski dobro potkovanog pučanstva odgovor tražiti u snažnoj ekonomiji, dobrom zdravlju žitelja i čvrstim i nedvosmislenim zakonima, bit će i onih koji će se osvrnuti na kolektivno iskustvo ljudske povijesti i postaviti hipotezu kako poluge upravljanja društvom mogu biti više ili manje učinkovite, ovisno o etičnosti onih

koji tim polugama upravljaju.

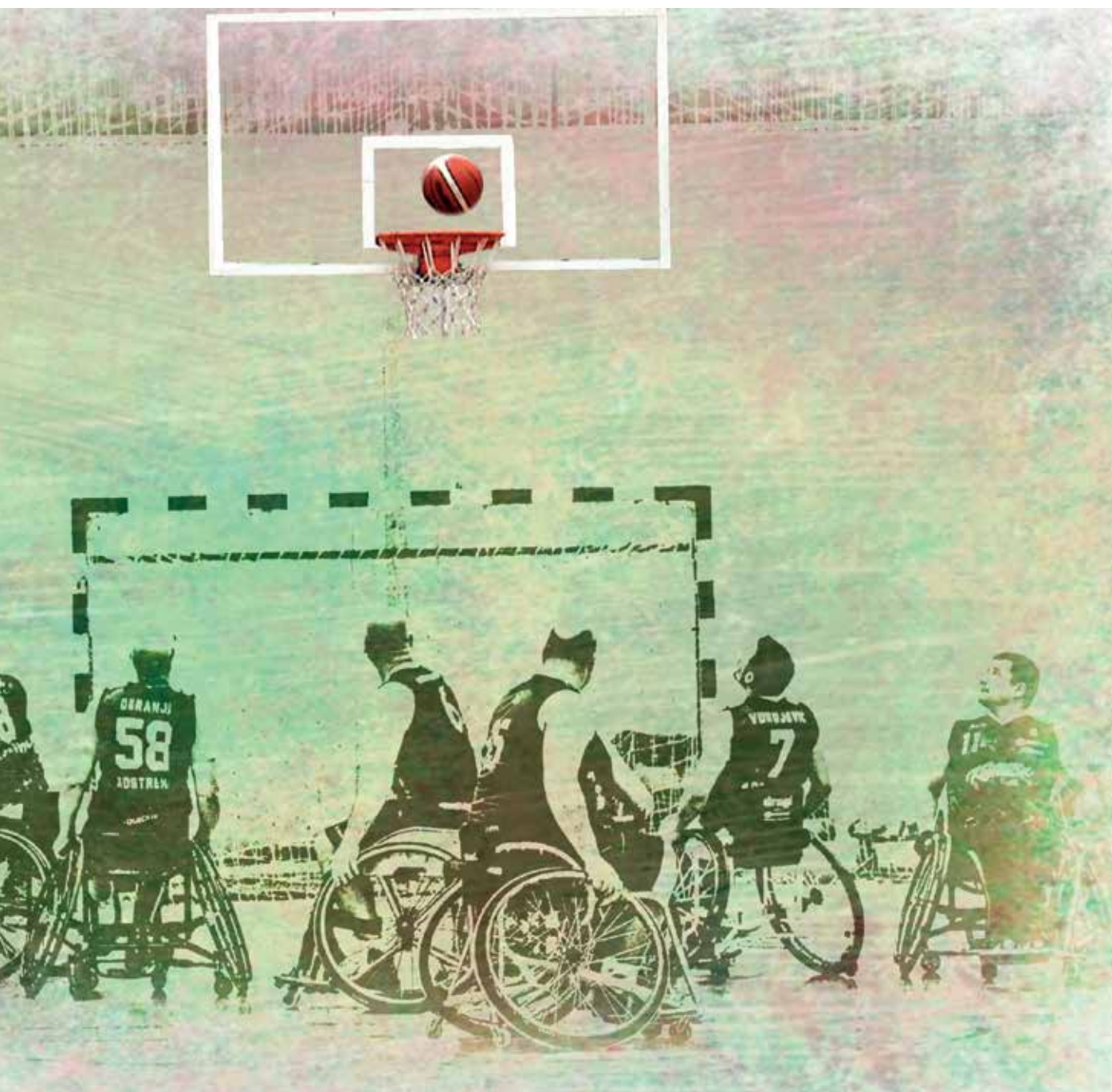
Izbjegnuvši zamku uplitanja u bilo kakvu kritiku ovakve ili onakve vlasti - jer ionako svaki narod ima onakvu vlast kakvu zaslužuje – približavamo se jednoj drugačijoj i dubljoj perspektivi odgovora na pitanje: „Što je uistinu bitno?“.

**Kako ću se u nastavku teksta** osvrnuti na tjelesnu aktivnost i rehabilitaciju hrvatskih branitelja, u kontekstu te teme, kao jednu od važnijih odrednica zdravog, uspješnog i prosperitetnog društva, istaknut ću domoljubni potencijal

ljudi, dakle svojevrsnu moralnu stečevinu brojnih generacija koje su, živeći na nekom prostoru, unatoč vremenima koja su ponekad bila teška i turbulentna, uspjeli sačuvati ispravan sustav prioriteta - hijerarhiju vrijednosti.

Budući da je šport odgojni proces putem kojeg se itekako može utjecati na stvaranje ispravnog sustava životnih prioriteta – između ostalog i čovjekovog morala - promatranje športa kroz prizmu domoljublja otvara brojne teme, među kojima se posebno ističe ona vezana uz Domovinski rat.





Doprinos športaša u Domovinskom ratu, promocija Hrvatske na međunarodnoj sportskoj sceni, uloga sportskih sadržaja u pripremi hrvatskih vojnika ili rehabilitaciji invalida Domovinskog rata, tek su neka područja kroz čiju analizu se potvrđuje kako sadržaj može biti važniji od forme, ideali od osobnih interesa, kako ono najvrijednije u ljudima živi izvan granica današnjih oficijelnih shema uspjeha.

**Tema Domovinskog rata,** što zbog osobnog iskustva ili gubitka, nekog demografskog ili gospo-

darskog faktora, duboko prožima ljudske živote. Neposredna životna opasnost na kušnju stavlja cjelokupni sustav čovjekovog vjerovanja, dotiče njegove najdublje emocije, dakle samu suštinu njegovog bića. Postoje brojna ratna svjedočanstva da u trenucima najvećih životnih ugroza ljude nisu motivirale neke od popularnih individualističkih teorija samopomoći, već molitva i krunica. Velik dio ljudi toga vremena bio je prisiljen preispitati postojeće paradigme i sustav vrijednosti, zbog čega je stvoren jedan novi i još snažniji moralni potencijal društva

koji će u sljedećih trideset godina izaći na vidjelo kao solidarnost i zajedništvo - primjerice kod nedavnih potresa u Zagrebu ili na Banovini, ili nešto ranijih poplava u Gunji.

**U kontekstu toga osjećam** potrebu citirati Ratka Cvetnića, poznatog pisca i sportskog djelatnika, koji je u svom romanu „Kratki izlet“, po ocjeni kritičara jednom od najvrijednijih književnih djela na temu Domovinskog rata, istaknuo – „Ljudske vrijednosti se čuvaju samo na jedan način, tako da se stalno provjeravaju.“



Dugotrajna izloženost stresu, kojim su u to vrijeme bili pogođeni hrvatski branitelji i članovi njihovih obitelji, dovela je do čitavog niza ozbiljnih posljedica na njihovo zdravlje: od dugoročnog povišenog tlaka, oslabljenog imunološkog sustava, povećanog rizika od srčanog i moždanog udara, poteškoća u radu štitnjače, posttraumatskog stresa.

Možda je to najbolje izrazio njemački znanstvenik Lorenz von Stein riječima – „Pobjeda u ratu predstavlja najveći pothvat nekog naroda, ali u isto vrijeme ona nikada ne može ratnome veteranu,

**Niz istraživanja sprovedenih u SAD-u i Izraelu ukazala su na pozitivan učinak tjelesnog vježbanja na osobe s traumatskim oštećenjima nakon ratovanja - bila ona tjelesna ili psihička**

koji u sebi stalno nosi breme ratnih sjećanja, vratiti ono što je rat od njega nepovratno uzeo.“

**O tome koliko je važna uloga športa u rehabilitaciji ratnih veterana** provedena su brojna istraživanja. Dustman i suradnici proveli su istraživanje u Veteranskom medicinskom centru u Salt Lake Cityu na populaciji od 188 veterana rata, kako bi ukazali na moguće poboljšanje kognitivnih funkcija kroz aktivno bavljenje športom u psihički oboljelih veterana. Po završetku 50-tjednog programa športske rekreacije nedvojbeno je dokazano da su ratni veterani koji su sudjelovali u programu, značajno napredovali po svim parametrima kognitivnog funkcioniranja naspram kontrolne grupe.

Još je niz istraživanja koja su sprovedena u SAD-u i Izraelu, a koja su ukazala na pozitivan učinak tjelesnog vježbanja na osobe s traumatskim oštećenjima nakon ratovanja - bila ona tjelesna ili psihička.

U knjizi „Psihosocijalna prilagodba hrvatskih branitelja – Individualna i društvena perspektiva“, grupa autora (Sandra Šučurović, Igor Miklošić i Martina Knežević) pod čimbenike koji mogu umanjiti

negativan utjecaj stresa navode i emocionalnu kompetentnost, sposobnost uočavanja, razumijevanja, izražavanja, imenovanja i upravljanja emocijama i raspoloženjima.

Dok se poteškoće u upravljanju emocijama smatraju jednim od glavnih obilježja PTSP-a, koje su povezane i s drugim duševnim bolestima kao što su depresija, granični poremećaj osobnosti te općenito anksioznim poremećajem, s druge strane dokazano je da se adekvatnim treningom može značajno povećati vještina emocionalne kompetentnosti, a tema razvoja emocionalne kompetentnosti i njen utjecaj na karijeru športaša itekako je poznata među športskim trenerima, naročito onim najuspješnijim.

**U Hrvatskoj postoje brojne udruge** koje se bave organizacijom športskih aktivnosti veterana Domovinskog rata, a ovom prilikom posebno ističem Udrugu za šport i rekreaciju „Veteran 91“, sastavnom članicom Zagrebačkog športskog saveza osoba s invaliditetom, odnosno Športskog saveza Grada Zagreba.

Primarna zadaća udruge je okupljanje ratnih veterana i članova njihovih obitelji, kako bi pomno odabranim ciljanim programima tjelesnog vježbanja utjecali na

poboljšanje fizičkog i mentalnog zdravlja svojih članova. Jedan od temeljnih principa ove udruge je da se veteranima Domovinskog rata, invalidima, njihovim obiteljima, a poglavito njihovoj djeci, ukaže na trajnu potrebu za kretanjem i vježbanjem na način da im upravo tjelesna aktivnost postane - ovisnost.

Želja im je je da hrvatski branitelji postanu u pravom smislu te riječi ovisnici o zdravom načinu življenja, jer kako tvrde osnivači udruge Allen Bartoš i Mario Sačcer - „Budućnost nije ono što od nje očekujemo, već ono što od nje sami učinimo.“

### **Brojnost i slojevitost tema**

koje dotiču šport i Domovinski rat otvaraju čitav niz različitih perspektiva, od onih znanstvenih, do filozofskih, pa čak i duboko religijskih.

Međutim, ono što smatram najvažnijim upravo je ta domoljubna stečevina Domovinskog rata, a s obzirom na to da je domoljublje jedno od moralnih kategorija svakog društva, smatram da je odnos prema temi hrvatskih branitelja mnogo više od rasprave o stvarnom broju, pravima i mirovinama branitelja ili nekog drugog dnevno-političnog diskursa.

Brojna iskustva, svjedočanstva, one duboke i intuitivne istine koju su dotaknuli svjedoci tog vremena - kao i vrijednosti koje su u društvu sačuvane do današnjeg dana - daju vrlo preciznu uputu kako je moguće prevladati svaku krizu, onu ratnu, ekonomsku, ili neku drugu. Danas je to, primjerice, epidemiološka.

## **Brojnost i slojevitost tema koje dotiču šport i Domovinski rat otvaraju čitav niz različitih perspektiva, od onih znanstvenih, do filozofskih, pa čak i duboko religijskih**

Međutim, svaki potencijal, pa tako i onaj društveno-moralni s vremenom može oslabiti. Sasvim je razumljivo da današnji tzv. tržišni ratovi glavnu snagu ne vuku iz domoljubnog motiva, barem ne u onoj mjeri u kojoj je to bilo prije trideset godina, već u proširivanju takozvanog globalnog utjecaja ili nečeg tomu sličnog.

Također, razumljivo je i da ishod tih borbi u velikoj mjeri ovisi o tome što će javnost i potrošači doživjeti kao bitno ili manje bitno, što će u njima izazvati jače emocije. Ali, sva ta domoljubna i moralna stečevina na kojoj smo neizmjereno zahvalni svim generacijama koje su je kroz povijest stvarale, trajat će dok god budemo znali odgovor na pitanje iz početka teksta: „Što je uistinu ono najvažnije, što neko društvo ili državu čini snažnom i prosperitetnom?“ ♦

### **LITERATURA:**

Dustman, R.E. (1989). Aerobic fitness helps cognitive function in aged. *Family Practise News*, 19,37.

Šućurović, S., Mikloušić, I., Knežević, M. (2017). *Psihosocijalna prilagodba hrvatskih branitelja - Individualna i društvena perspektiva*. Zagreb

### **Sports activities of Homeland War veterans**

*With numerous links between sports and patriotism - such as contribution of Croatian athletes in the Homeland War, the promotion of the Republic of Croatia at the international sports stage, the role of sports contents in the preparation of Croatian soldiers or rehabilitation of the Homeland War disabled veterans - one of the more important is for sure the role of sports in the development of moral, that is, patriotic values, in building the right system of priorities and hierarchy of life values.*

*There are numerous scientific studies and reports relating to how a long-term exposure to stress, particularly war, leads to*

*many health-affecting consequences, from long-term high blood pressure, weakened immune system, increased heart rate*

*and stroke, thyroid gland disfunction, post-traumatic stress, etc., and the book "Psychological Adaptation of Croatian Veterans - Individual and Social Perspective by the authors Sandra Šućurović, Igor Miklošić and Martina Knežević emphasizes, among other things, the importance of training the improvement of emotional competence in reducing the consequences of post-traumatic stress disorder - those human abilities that can be greatly influenced through sports.*

*In Croatia, there are numerous associations dealing with organization of sports activities for veterans of the Homeland War. One of them is "Veteran 91", whose primary task is to bring together war veterans and members of their families, in order to affect - through carefully selected targeted programs of physical exercise - the improvement of physical and mental health of its members.*

*One of their basic principles is to advise the veterans of the Homeland War, disabled persons, their families and especially their children on the constant need to move and exercise in such a way that physical activity becomes - their addiction.*

**Miroslav Hrženjak**

