

Bruxelles, 24 aprilie 2026
(OR. en)

7935/26

SPORT 16

NOTĂ

Sursă:	Președinția
Destinatar:	Comitetul Reprezentanților Permanenți / Consiliul
Subiect:	Sănătatea mintală în sport: de la reziliența individuală la responsabilitatea sistemului – <i>Schimb de opinii</i>

În anexă, se pune la dispoziția delegațiilor o notă de orientare din partea președinției privind subiectul sus-menționat, în vederea schimbului de opinii care va avea loc pe 12 mai 2026 în cadrul Consiliului (Educație, Tineret, Cultură și Sport).

Sănătatea mintală în sport: de la reziliența individuală la responsabilitatea sistemului**Context**

Sănătatea mintală în sport reprezintă o prioritate emergentă în întreaga Uniune Europeană. În cadrul Planului de lucru al UE pentru sport 2024-2027, sănătatea mintală este recunoscută ca o dimensiune importantă a politicii în domeniul sportului, legată de participare, performanță și sustenabilitatea pe termen lung a sectorului sportului¹. Schimburile de opinii dintre statele membre cu ocazia reuniunii din februarie 2026 a directorilor generali responsabili de sport au evidențiat și mai mult necesitatea de a consolida abordările coordonate privind sănătatea mintală în sport în întreaga Europă.

Sănătatea mintală în sport înseamnă mai mult decât absența bolilor mintale²: aceasta cuprinde componente afective, cognitive și funcționale, inclusiv capacitatea indivizilor de a face față dificultăților, de a menține relații și de a funcționa în mod eficace în rolurile cotidiene. Deși este recunoscut pe scară largă faptul că sportul poate contribui în mod pozitiv la bunăstarea mintală pe tot parcursul vieții, statele membre au remarcat, în cadrul respectivei reuniuni, că provocările legate de sănătatea mintală pot afecta participarea, performanța și practicarea pe termen lung a sportului.

¹ Consiliul Uniunii Europene. (2024). Rezoluția Consiliului și a reprezentanților guvernelor statelor membre, reuniți în cadrul Consiliului, privind Planul de lucru al Uniunii Europene pentru sport (1 iulie 2024-31 decembrie 2027) (C/2024/3527). [Jurnalul Oficial al Uniunii Europene, C 2024/3527](#).

² Organizația Mondială a Sănătății. (2004). Promovarea sănătății mintale: concepte, dovezi emergente, practică. [Organizația Mondială a Sănătății](#).

Dovezile științifice și dezbaterile strategice indică faptul că participarea la medii competitive poate expune sportivii, antrenorii și personalul sportiv în sens larg la presiuni psihologice considerabile³. Aceste provocări sunt adesea semnalate în legătură cu principalele momente de tranziție, cum ar fi procesele de selecție și de excludere a sportivilor, perioadele de accidentare și de reabilitare și etapele de tranziție de la o carieră sportivă, precum și în etapele în care cerințele de performanță sunt mai ridicate, cu implicații asupra bunăstării psihologice și a sănătății mintale. Antrenorii și oficialii sportivi (judecători, arbitri, supraarbitri) sunt, de asemenea, afectați, deoarece își desfășoară activitatea în medii cu un nivel ridicat de stres, caracterizate printr-un volum mare de muncă, roluri complexe și, în unele cazuri, prin precaritatea locului de muncă. Aceste condiții pot contribui la epuizarea profesională, la scăderea nivelului de bunăstare și la alte probleme de sănătate mintală, cu implicații asupra menținerii în activitate și, eventual, asupra recrutării și dezvoltării personalului sportiv.

Au fost elaborate, la nivelul întregii UE, o serie de inițiative pentru a răspunde acestor provocări, inclusiv activități de sensibilizare, educație și formare pentru antrenori, acces la servicii de sprijin psihologic, măsuri de protecție și sprijin pentru carierele duble. Aceste eforturi au contribuit la recunoașterea într-o mai mare măsură a sănătății mintale ca dimensiune importantă a politicii în domeniul sportului, cel puțin un stat membru introducând alocări financiare multianuale pentru a intensifica eforturile de combatere a problemelor de sănătate mintală în mediile sportive.

Către o perspectivă mai amplă în materie de politici

În cadrul reuniunii din februarie 2026 a directorilor generali responsabili de sport, statele membre au recunoscut că sănătatea mintală în sport este strâns legată nu numai de factori individuali, ci și de mediile în care se desfășoară activitatea sportivă. Condițiile de antrenament, culturile organizaționale, modul în care sunt structurate competițiile, practicile de guvernare și parcursurile profesionale modelează experiențele sportivilor, ale antrenorilor și ale oficialilor sportivi.

³ Președinția cipriotă a Consiliului Uniunii Europene. (5 februarie 2026). Sănătatea mintală a sportivilor și a antrenorilor pe tot parcursul participării la activități sportive și al vieții: document de informare. Reuniunea directorilor generali pentru sport din UE, Centrul de conferințe Filoxenia, Nicosia, Cipru.

Deși abordările actuale se axează adesea pe consolidarea rezilienței individuale și a capacităților de adaptare, se recunoaște din ce în ce mai mult că doar aceste măsuri ar putea să nu fie suficiente. În plus, stigmatizarea asociată sănătății mintale în contexte sportive, inclusiv percepția de slăbiciune, poate descuraja solicitarea de ajutor și poate limita eficacitatea măsurilor existente. Experiența acumulată în alte domenii de politică indică faptul că, pentru a aduce îmbunătățiri durabile în ceea ce privește provocările societale complexe, inclusiv activitatea fizică și bunăstarea, este adesea necesar să se acorde atenție atât condițiilor structurale, cât și comportamentelor individuale. Sănătatea mintală este influențată de condițiile create în cadrul sistemelor sportive, inclusiv de intensitatea și organizarea competițiilor, de așteptările legate de performanță și de nivelul de sprijin disponibil pe parcursul carierei sportive. Atunci când aceste sisteme solicită în permanență niveluri ridicate de reziliență din partea membrilor lor, este necesar să se examineze condițiile care creează această nevoie.

Din acest punct de vedere, se conturează un considerent de politică esențial: cum pot fi concepute sau adaptate sistemele sportive pentru a recunoaște capacitățile și limitele umane în ceea ce privește volumul de muncă, recuperarea și cerințele de performanță și pentru a garanta respectarea acestora? Este vorba, de asemenea, despre a sprijini condițiile în care bunăstarea și performanța se pot consolida reciproc, reducând astfel necesitatea unei adaptări psihologice constante din partea sportivilor, a antrenorilor și a oficialilor sportivi.

Din această perspectivă, atenția acordată bunăstării sportivilor, a antrenorilor și a oficialilor sportivi îmbunătățește evoluția performanțelor și rezultatele, în loc să le afecteze în mod negativ. După cum s-a remarcat în cadrul reuniunii din februarie a directorilor generali pentru sport, este important să se facă o distincție între comportamentele orientate către performanță și sănătatea mintală, subliniind că atenția acordată sănătății mintale nu subminează performanța.

Abordarea strategică propusă completează eforturile existente, punând un accent mai mare pe prevenire, pe responsabilitatea organizațională și pe calitatea mediilor sportive. De asemenea, invită la o reflecție asupra echilibrului dintre consolidarea rezilienței individuale și luarea în considerare a condițiilor structurale care joacă un rol în privința sănătății mintale, precum participarea, performanța, bunăstarea și menținerea în activitate. În plus, abordarea subliniază importanța luării în considerare a sănătății mintale în sport ca o responsabilitate partajată între diferiți actori și diferite domenii de politică, inclusiv organizații sportive, sisteme de educație și structuri de sănătate publică, recunoscând în același timp rolul sistemelor sportive în definirea acestor condiții. Consolidarea coordonării în aceste domenii poate sprijini abordări mai durabile și preventive ale sănătății mintale în sport.

Rolul Uniunii Europene și al statelor membre

În cadrul competențelor sale, Uniunea Europeană poate sprijini statele membre prin facilitarea cooperării, a schimbului de cunoștințe și a dezvoltării unor abordări comune. Printre acestea se pot număra:

- promovarea schimbului de abordări și practici bazate pe dovezi care au făcut obiectul unei monitorizări și evaluări;
- consolidarea legăturilor dintre politica în domeniul sportului și inițiativele mai ample ale UE în domeniul sănătății, al educației și al incluziunii sociale;
- sprijinirea consolidării capacităților antrenorilor, ale oficialilor sportivi și ale organizațiilor sportive;
- încurajarea unei abordări coordonate în ceea ce privește protecția, condițiile de muncă și bunăstarea sportivilor, a antrenorilor și a oficialilor sportivi.

Astfel de acțiuni pot contribui la o abordare mai coerentă și mai integrată la nivelul UE în ceea ce privește sănătatea mintală în sport în întreaga UE.

Schimb de opinii

Miniștrii sunt invitați să își exprime opiniile cu privire la următoarele întrebări (intervențiile nu ar trebui să depășească trei minute):

1. Cum pot statele membre să dezvolte sau să consolideze și mai mult politicile și practicile în domeniul sportului pentru a se asigura că mediile sportive sunt concepute astfel încât să reducă presiunea psihologică, sprijinind în același timp bunăstarea mintală a sportivilor, a antrenorilor, a oficialilor sportivi și a personalului sportiv în sens larg? Puteți împărtăși bune practici sau exemple în acest domeniu cu alte state membre?
2. Ce acțiuni sau forme de cooperare ale UE ar putea ajuta cel mai bine statele membre să răspundă provocărilor în materie de sănătate mintală și să promoveze bunăstarea în sport?