

V Bruseli 24. apríla 2026
(OR. en)

7935/26

SPORT 16

POZNÁMKA

Od:	Predsedníctvo
Komu:	Výbor stálych predstaviteľov/Rada
Predmet:	Duševné zdravie v športe: od odolnosti jednotlivcov k systémovej zodpovednosti – <i>výmena názorov</i>

Delegáciám v prílohe zasielame orientačnú poznámku predsedníctva na uvedenú tému na účely výmeny názorov na zasadnutí Rady (vzdelávanie, mládež, kultúra a šport) 12. mája 2026.

Duševné zdravie v športe: od odolnosti jednotlivcov k systémovej zodpovednosti

Súvislosti

Duševné zdravie v športe je novou prioritou, ktorá sa objavuje v celej Európskej únii. V pracovnom pláne EÚ pre šport na roky 2024 – 2027 sa duševné zdravie uznáva ako dôležitý rozmer politiky v oblasti športu, ktorý súvisí s účasťou, výsledkami a dlhodobou udržateľnosťou sektora športu¹. Z výmeny názorov medzi členskými štátmi na zasadnutí generálnych riaditeľov pre šport vo februári 2026 znova vyplynula potreba posilniť koordinované prístupy k duševnému zdraviu v športe v celej Európe.

Duševné zdravie v športe je viac než len absencia duševnej choroby²; zahŕňa afektívne, kognitívne a funkčné zložky vrátane schopnosti jednotlivcov zvládať náročné situácie, udržiavať vzťahy a dobre vykonávať každodenné úlohy. Hoci sa všeobecne uznáva, že šport môže pozitívne prispievať k duševnej pohode počas celého života, členské štáty na tomto zasadnutí skonštatovali, že výzvy v oblasti duševného zdravia môžu ovplyvniť účasť, výkon a dlhodobé zapojenie do športu.

¹ Rada Európskej únie: 2024. Uznesenie Rady a zástupcov vlád členských štátov zasadajúcich v Rade o pracovnom pláne Európskej únie pre šport (1. júla 2024 – 31. decembra 2027) (2020/C 2024/3527). [Úradný vestník Európskej únie, C 2024/3527](#).

² Svetová zdravotnícka organizácia: 2004. *Promoting mental health: Concepts, emerging evidence, practice*. (Podpora duševného zdravia: koncepcie, nové dôkazy, prax). [Svetová zdravotnícka organizácia](#)

Vedecké dôkazy a politické diskusie naznačujú, že aktivita v súťaživom prostredí môže vystaviť športovcov, trénerov a širšiu pracovnú silu v športe značnému psychologickému tlaku³. Tieto výzvy sa často uvádzajú v súvislosti s míľnikmi v kariére športovca, ako sú procesy výberu a vyradenia športovcov, obdobia zranenia a rehabilitácie a ukončenie športovej kariéry, ako aj vo fázach rastúcich požiadaviek na výkon, čo má vplyv na psychickú pohodu a duševné zdravie. Týka sa to aj trénerov a športových funkcionárov (rôznych druhov rozhodcov), ktorí pôsobia v prostredí s vysokým tlakom charakterizovanom veľkým pracovným zaťažením, zložitými úlohami a v niektorých prípadoch neistotou zamestnania. Tieto podmienky môžu prispieť k vyhoreniu, zníženej pohode a iným problémom s duševným zdravím, čo má vplyv na udržanie a potenciálne aj na nábor a rozvoj pracovnej sily v športe.

V rámci EÚ bol vypracovaný celý rad iniciatív na riešenie týchto výziev vrátane činností na zvyšovanie informovanosti, vzdelávania a odbornej prípravy trénerov, prístupu k službám psychologickéj podpory, ochranných opatrení a podpory dvojitej kariéry. Toto úsilie prispelo k čoraz väčšiemu uznaniu duševného zdravia ako dôležitého rozmeru politiky v oblasti športu, pričom minimálne jeden členský štát zaviedol viacročný mechanizmus pridelovania finančných prostriedkov na posilnenie úsilia o riešenie duševných chorôb v športovom prostredí.

Kroky k širšej politickej perspektíve

Na zasadnutí generálnych riaditeľov pre šport vo februári 2026 členské štáty uznali, že duševné zdravie v športe úzko súvisí nielen s jednotlivými faktormi, ale aj s prostredím, v ktorom sa šport uskutočňuje. Skúsenosti športovcov, trénerov a športových funkcionárov sú ovplyvnené podmienkami odbornej prípravy, organizačnou kultúrou, štruktúrou súťaží, postupmi riadenia a kariérnymi dráhami.

³ Cyperské predsedníctvo Rady Európskej únie: 5. februára 2026. Duševné zdravie športovcov a trénerov po celú dobu účasti a v priebehu života, podkladový dokument. Zasadnutie generálnych riaditeľov EÚ pre šport, Konferenčné centrum Filoxenia, Nikózia, Cyprus.

Hoci sa súčasné prístupy často zameriavajú na posilnenie individuálnej odolnosti a schopnosti zvládať problémy, čoraz viac sa uznáva, že takéto opatrenia samy osebe nemusia postačovať. Okrem toho stigma spojená s duševným zdravím v kontexte športu vrátane dojmu slabosti môže odrádzať od vyhľadania pomoci a obmedzovať účinnosť existujúcich opatrení. Zo skúseností z iných oblastí politiky vyplýva, že trvalé zlepšovanie v kontexte zložitých spoločenských výziev, a to vrátane pohybovej aktivity a pohody, si často vyžaduje, aby sa pozornosť nevenovala len správaniu jednotlivcov, ale aj štrukturálnym podmienkam. Duševné zdravie ovplyvňujú podmienky vytvorené v rámci športových systémov vrátane intenzity a organizácie súťaže, očakávaní týkajúcich sa výkonu a úrovne podpory dostupnej počas celej športovej dráhy. Ak si tieto systémy od svojich účastníkov neustále vyžadujú vysokú úroveň odolnosti, je potrebné preskúmať podmienky, ktoré túto potrebu vytvárajú.

Z tohto hľadiska vyplýva kľúčová politická otázka: ako možno koncipovať alebo upraviť systémy športu tak, aby zohľadňovali ľudské schopnosti a hranice, pokiaľ ide o pracovné zaťaženie, zotavovanie a požiadavky na výkon, a aby sa zabezpečilo, že sa tieto schopnosti a hranice budú rešpektovať. To zahŕňa podporu podmienok, v ktorých sa pohoda a výkon môžu navzájom posilňovať, čím sa zníži potreba neustálej psychologickej adaptácie zo strany športovcov, trénerov a športových funkcionárov.

Z tohto hľadiska pozornosť venovaná pohode športovcov, trénerov a športových funkcionárov skôr posilňuje než oslabuje vývoj výkonnosti a výsledky. Ako sa uviedlo na februárovom zasadnutí generálnych riaditeľov pre šport, je dôležité rozlišovať medzi výkonovým správaním a duševným zdravím, pričom zdôraznil, že pozornosť venovaná duševnému zdraviu výkon neoslabuje.

Navrhovaný politický prístup dopĺňa existujúce úsilie tým, že kladie väčší dôraz na prevenciu, organizačnú zodpovednosť a kvalitu športového prostredia. Dáva tiež priestor úvahám o rovnováhe medzi posilňovaním odolnosti jednotlivcov a riešením štrukturálnych rámcov, ktoré formujú duševné zdravie, ako sú účasť, výkon, pohoda a pokračovanie v športovej kariére. Ďalej sa v ňom zdôrazňuje, že je dôležité považovať duševné zdravie v športe za spoločnú zodpovednosť rôznych aktérov a oblastí politiky vrátane športových organizácií, vzdelávacích systémov a štruktúr verejného zdravia, pričom sa uznáva úloha športových systémov pri formovaní týchto podmienok. Posilnením koordinácie v týchto oblastiach sa môžu podporiť udržateľnejšie a preventívnejšie prístupy k duševnému zdraviu v športe.

Úloha Európskej únie a členských štátov

Európska únia môže v rámci svojej právomoci podporovať členské štáty uľahčovaním spolupráce, výmeny poznatkov a rozvoja spoločných prístupov. Môže to zahŕňať:

- podporu výmeny prístupov a postupov založených na dôkazoch, ktoré boli monitorované a hodnotené;
- posilnenie prepojení medzi politikou v oblasti športu a širšími iniciatívami EÚ v oblasti zdravia, vzdelávania a sociálneho začlenenia;
- podporu rozvoja kapacít trénerov, športových funkcionárov a športových organizácií;
- podporu koordinovaného prístupu k ochrane, pracovným podmienkam a pohode športovcov, trénerov a športových funkcionárov.

Takéto opatrenia môžu prispieť k súdržnejšiemu a integrovanejšiemu prístupu k duševnému zdraviu v športe v celej EÚ.

Výmena názorov

Ministri sa vyzývajú, aby sa vyjadrili k týmto otázkam (príspevky by nemali presiahnuť tri minúty):

1. Ako môžu členské štáty ďalej rozvíjať alebo posilňovať politiky a postupy v oblasti športu s cieľom zabezpečiť, aby boli športové prostredia koncipované tak, aby znižovali psychologický tlak a zároveň podporovali duševnú pohodu športovcov, trénerov, športových funkcionárov a širšej pracovnej sily v športe? Máte nejaké osvedčené postupy alebo príklady v tejto oblasti, o ktoré by ste sa mohli podeliť s ostatnými členskými štátmi?
2. Aké opatrenia alebo formy spolupráce na úrovni EÚ by mohli najlepšie podporiť členské štáty pri riešení výziev v oblasti duševného zdravia a podpore pohody v športe?
