

Bruselj, 24. april 2026
(OR. en)

7935/26

SPORT 16

DOPIS

Pošiljatelj:	predsedstvo
Prejemnik:	Odbor stalnih predstavnikov/Svet
Zadeva:	Duševno zdravje v športu: od odpornosti posameznikov k sistemski odgovornosti – <i>izmenjava mnenj</i>

V prilogi vam pošiljamo usmerjevalni dopis predsedstva o navedeni zadevi za izmenjavo mnenj na seji Sveta (izobraževanje, mladina, kultura in šport) 12. maja 2026.

Duševno zdravje v športu: od odpornosti posameznikov k sistemski odgovornosti

Ozadje

Duševno zdravje v športu je vse pomembnejša prednostna naloga po vsej Evropski uniji. V delovnem načrtu EU za šport za obdobje 2024–2027 je duševno zdravje priznано kot pomembna razsežnost športne politike, povezana z udeležbo, uspešnostjo in dolgoročno trajnostnostjo športnega sektorja¹. Generalni direktorji za šport so v izmenjavah med državami članicami na srečanju februarja 2026 dodatno poudarili potrebo po okrepitvi usklajenih pristopov k duševnemu zdravju v športu po vsej Evropi.

Duševno zdravje v športu pomeni več kot le odsotnost duševnih bolezni²; zajema emotivno, kognitivno in funkcionalno komponento, vključno z zmožnostjo posameznikov za obvladovanje situacij, vzdrževanje odnosov in učinkovito funkcioniranje v vsakodnevnih vlogah. Čeprav je splošno priznано, da lahko šport pozitivno prispeva k duševni dobrobiti v celotnem življenju, so države članice na navedenem srečanju opozorile, da lahko izzivi duševnega zdravja vplivajo na udeležbo, uspešnost in dolgoročno udejstvovanje v športu.

¹ Svet Evropske unije. (2024). Resolucija Sveta in predstavnikov vlad držav članic, ki so se sestali v okviru Sveta, o delovnem načrtu Evropske unije za šport (1. julij 2024–31. junij 2027) (C/2024/3527). [Uradni list Evropske unije, C 2024/3527](#).

² Svetovna zdravstvena organizacija. (2004). Spodbujanje duševnega zdravja: koncepti, novi dokazi, praksa (Promoting mental health: concepts, emerging evidence, practice). [Svetovna zdravstvena organizacija](#).

Znanstveni dokazi in razprave o politiki kažejo, da so lahko športniki, trenerji in drugi delavci v športu zaradi udeležbe v tekmovalnih okoljih izpostavljeni znatnim psihološkim pritiskom³. O teh izzivih se pogosto poroča v zvezi s ključnimi točkami prehoda, kot so postopki izbire in umika športnikov, obdobja poškodb in rehabilitacije ter prehod iz športnih poklicnih poti, pa tudi v fazah vse večjih zahtev po uspešnosti, kar vpliva na psihološko dobrobit in duševno zdravje. Prizadeti so tudi trenerji in športni uradniki (sodniki), ki delujejo v okoljih z velikim pritiskom, za katera so značilne velika delovna obremenitev, kompleksne vloge in v nekaterih primerih negotovost zaposlitve. Take razmere lahko prispevajo k izgorelosti, manjši dobrobiti in drugim težavam v duševnem zdravju, kar vpliva na zadrževanje kadra ter potencialno na zaposlovanje in razvoj delovne sile v športu.

Po vsej EU je bila oblikovana vrsta pobud za reševanje teh izzivov, vključno z dejavnostmi ozaveščanja, izobraževanjem in usposabljanjem trenerjev, dostopom do storitev psihološke podpore, varstvenimi ukrepi in podporo pri dvojnih poklicnih poteh. Ta prizadevanja so prispevala k vse večjemu priznavanju duševnega zdravja kot pomembne razsežnosti športne politike, pri čemer je vsaj ena država članica uvedla večletno namensko financiranje za okrepitev prizadevanj za reševanje slabega duševnega zdravja v športnih okoljih.

Širši politični perspektivi naproti

Države članice so na srečanju generalnih direktorjev za šport februarja 2026 priznale, da duševno zdravje v športu ni tesno povezano le s posameznimi dejavniki, temveč tudi z okolji, v katerih poteka šport. Pogoji treniranja, organizacijske kulture, strukture tekmovanja, upravljalске prakse in poklicne poti oblikujejo izkušnje športnikov, trenerjev in športnih uradnikov.

³ Ciprsko predsedstvo Sveta Evropske unije. (5. februar 2026). Duševno zdravje športnikov in trenerjev med udeležbo in v celotnem življenju: informativni dokument (Mental health of athletes and coaches across participation and lifespan: Background paper). Srečanje generalnih direktorjev EU za šport, konferenčni center Filoxenia v Nikoziji na Cipru.

Sedanji pristopi so pogosto osredotočeni na krepitev odpornosti posameznikov in njihovo zmožnost za obvladovanje, vendar se vse bolj priznava, da taki ukrepi sami po sebi morda ne bodo zadostovali. Poleg tega lahko stigmatizacija, povezana z duševnim zdravjem v športu, vključno s percepcijo šibkosti, odvrta od iskanja pomoči in omejuje učinkovitost obstoječih ukrepov.

Izkušnje z drugih področij politike kažejo, da je treba za trajne izboljšave kompleksnih družbenih izzivov, tudi na področju telesne dejavnosti in fizične dobrobiti, poleg vedenja posameznikov, pogosto upoštevati strukturne razmere. Na duševno zdravje vplivajo razmere, ki se ustvarjajo v športnih sistemih, vključno z intenzivnostjo in organizacijo tekmovanj, pričakovanji glede uspešnosti in ravno podpore, ki je na voljo na celotni športni poti. Kadar ti sistemi od ljudi nenehno zahtevajo visoko raven odpornosti, je treba preučiti razmere, ki ustvarjajo to potrebo.

S tega vidika se pojavi ključen premislek v politiki: kako bi lahko zasnovali ali prilagodili športne sisteme, da bi v njih prepoznali človeške zmožnosti in omejitve v zvezi z zahtevami glede delovne obremenitve, okrevanja in uspešnosti ter zagotovili, da se te zmožnosti in omejitve spoštujejo. To vključuje podporne pogoje, v katerih se lahko dobrobit in uspešnost vzajemno krepi, s čimer se zmanjša potreba po stalnem psihološkem prilagajanju športnikov, trenerjev in športnih uradnikov.

S tega vidika se s pozornostjo, namenjeno dobrobiti športnikov, trenerjev in športnih uradnikov, izboljšujejo, in ne slabijo, razvoj uspešnosti in rezultati. Kot je bilo omenjeno na februarjem srečanju generalnih direktorjev za šport, je pomembno razlikovati med vedenjskimi vzorci, povezanimi z uspešnostjo, in duševnim zdravjem, pri čemer je treba poudariti, da pozornost, namenjena duševnemu zdravju, ne ogroža uspešnosti.

Predlagani pristop politike dopolnjuje obstoječa prizadevanja z večjim poudarkom na preprečevanju, organizacijski odgovornosti in kakovosti športnih okolij. Z njim se poziva tudi k razmisleku o ravnovesju med krepitvijo odpornosti posameznikov in obravnavanjem strukturnih razmer, ki oblikujejo duševno zdravje, kot so udeležba, uspešnost, dobrobit in zadrževanje kadrov. Poleg tega se poudarja, da je treba duševno zdravje v športu obravnavati kot skupno odgovornost različnih akterjev in področij politike, tudi športnih organizacij, izobraževalnih sistemov in struktur javnega zdravja, hkrati pa priznava vloga športnih sistemov pri oblikovanju teh razmer. Krepitev usklajevanja med temi področji lahko podpre bolj trajnostne pristope k duševnemu zdravju v športu, ki temeljijo na preventivi.

Vloga Evropske unije in držav članic

Evropska unija lahko v okviru svojih pristojnosti podpira države članice tako, da omogoča sodelovanje, izmenjavo znanja in oblikovanje skupnih pristopov. To lahko vključuje:

- spodbujanje izmenjave na dokazih temelječih pristopov in praks, ki se spremljajo in ocenjujejo;
- krepitev povezav med športno politiko in širšimi pobudami EU na področju zdravja, izobraževanja in socialne vključenosti;
- podpiranje krepitev zmogljivosti trenerjev, športnih uradnikov in športnih organizacij;
- spodbujanje usklajenega pristopa k varstvu, delovnim pogojem in dobrobiti športnikov, trenerjev in športnih uradnikov.

Taki ukrepi lahko prispevajo k skladnejšemu in bolj integriranemu pristopu k duševnemu zdravju v športu po vsej EU.

Izmenjava mnenj

Ministre in ministrice prosimo, da izrazijo svoja stališča o naslednjih vprašanjih (prispevki ne smejo biti daljši od treh minut):

1. Kako lahko države članice še bolj razvijejo ali okrepijo športne politike in prakse, da bi zagotovile, da bodo športna okolja zasnovana tako, da zmanjšujejo psihološki pritisk ter hkrati podpirajo duševno dobrobit športnikov, trenerjev, športnih uradnikov in drugih delavcev v športu? Ali bi lahko z drugimi državami članicami delili kakšne dobre prakse ali primere na tem področju?
2. S katerimi ukrepi ali oblikami sodelovanja bi lahko EU najboljše podprla države članice pri reševanju izzivov na področju duševnega zdravja in spodbujanju dobrobiti v športu?