

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*



## **ΣΧΟΛΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ**

Μεταπτυχιακό πρόγραμμα σπουδών

**ΑΘΛΗΤΙΚΕΣ ΣΠΟΥΔΕΣ:**

**ΚΟΙΝΩΝΙΟΛΟΓΙΑ, ΙΣΤΟΡΙΑ, ΑΝΘΡΩΠΟΛΟΓΙΑ**

**ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ**

**«Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα»**

**Σβεντζούρη Βασιλική**

Επιβλέπουσα καθηγήτρια: Κωλέτση Μαρία

**Θεσσαλονίκη, Ιούνιος 2023**

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

*Η παρούσα εργασία αποτελεί πνευματική ιδιοκτησία του φοιτητή/της φοιτήτριας («συγγραφέας/δημιουργός») που την εκπόνησε. Στο πλαίσιο της πολιτικής ανοικτής πρόσβασης ο/η συγγραφέας/δημιουργός εκχωρεί στο ΕΑΠ, μη αποκλειστική άδεια χρήσης του δικαιώματος αναπαραγωγής, προσαρμογής, δημόσιου δανεισμού, παρουσίασης στο κοινό και ψηφιακής διάχυσής τους διεθνώς, σε ηλεκτρονική μορφή και σε οποιοδήποτε μέσο, για διδακτικούς και ερευνητικούς σκοπούς, άνευ ανταλλάγματος και για όλο το χρόνο διάρκειας των δικαιωμάτων πνευματικής ιδιοκτησίας. Η ανοικτή πρόσβαση στο πλήρες κείμενο για μελέτη και ανάγνωση δεν σημαίνει καθ' οιονδήποτε τρόπο παραχώρηση δικαιωμάτων διανοητικής ιδιοκτησίας του/της συγγραφέα/δημιουργού ούτε επιτρέπει την αναπαραγωγή, αναδημοσίευση, αντιγραφή, αποθήκευση, πώληση, εμπορική χρήση, μετάδοση, διανομή, έκδοση, εκτέλεση, «μεταφόρτωση» (downloading), «ανάρτηση» (uploading), μετάφραση, τροποποίηση με οποιονδήποτε τρόπο, τμηματικά ή περιληπτικά της εργασίας, χωρίς τη ρητή προηγούμενη έγγραφη συναίνεση του/της συγγραφέα/δημιουργού. Ο/Η συγγραφέας/δημιουργός διατηρεί το σύνολο των ηθικών και περιουσιακών του δικαιωμάτων.*

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*



**«Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα»**

**Σβεντζούρη Βασιλική**

ΑΜ: 516435

Επιτροπή Επίβλεψης Διπλωματικής Εργασίας

Επιβλέπουσα Καθηγήτρια:

«Μαρία Κωλέτση»

«Μέλος Σ.Ε.Π»

Συν-Επιβλέπουσα Καθηγήτρια:

«Καλλιόπη Ορφανάκη»

«Μέλος Σ.Ε.Π»

**Θεσσαλονίκη, Ιούνιος 2023**

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

## **Ευχαριστίες**

Ολοκληρώνοντας την προσπάθεια αυτή θα ήθελα να ευχαριστήσω πρωτίστως την κα. Κωλέτση Μαρία για τη συγκρότηση, τη μεθοδικότητα, την καθοδήγηση και τις συμβουλές που μου παρείχε σε όλα τα στάδια της εκπόνησης της διπλωματικής μου εργασίας. Επιπρόσθετα, οφείλω να ευχαριστήσω όλους τους καθηγητές και τις καθηγήτριες του προγράμματος, για τη συνεργασία, τις γνώσεις και τις πολύτιμες συμβουλές που μου παρείχαν. Τέλος, ευχαριστώ την οικογένειά μου και ιδιαίτερα τη μητέρα μου Φωτεινή και τη θεία μου Άννα για τη βοήθεια και τη στήριξη που μου παρείχαν στη διάρκεια της φοίτησής μου.

## Περίληψη

Η παρούσα εργασία ασχολείται με το άθλημα του Ταεκβοντό στην Ελλάδα. Αρχικά, στην εργασία γίνεται αναφορά στην ιστορία και τα χαρακτηριστικά του Ταεκβοντό, και τη θέση του τόσο παγκοσμίως όσο και στην Ελλάδα. Επίσης, ειδική αναφορά γίνεται στους παράγοντες ενασχόλησης ή απόσυρσης από το Ταεκβοντό αλλά και στις διαστάσεις του φύλου στην ενασχόληση με το Ταεκβοντό. Το θεωρητικό μέρος ολοκληρώνεται με αναφορά στο αγωνιστικό πλαίσιο λειτουργίας του Ταεκβοντό και στην εμπορευματοποίηση του αθλήματος. Στη συνέχεια, πραγματοποιείται πρωτογενής ποιοτική έρευνα με σκοπό τη διερεύνηση της κατάστασης του αθλήματος του TaeKwonDo στην Ελλάδα και ειδικότερα στη διερεύνηση της ενασχόλησης αθλητών και αθλητριών με το συγκεκριμένο άθλημα στην Ελλάδα, στο κανονιστικό του πλαίσιο και στην ένταξή του στους Ολυμπιακούς Αγώνες. Στην έρευνα συμμετείχαν επτά άτομα εκ των οποίων τα τέσσερα ήταν γυναίκες και τα τρία άνδρες με ηλικίες μεταξύ 20 - 28 ετών που ασχολούνται με το άθλημα για 7 έως 16 χρόνια. Σύμφωνα με τα αποτελέσματα της έρευνας το TaeKwonDo αποτελεί σημαντικό μέρος στη ζωή των αθλητών. Είναι ένα άθλημα που τους έχει διδάξει αξίες, είναι ένας τρόπος για να βρίσκουν τον εαυτό τους. Σχετικά με το φύλο και την ενασχόληση με το άθλημα του Taekwondo προκύπτει ότι είναι ένα άθλημα για όλους χωρίς ιδιαίτερες διακρίσεις μεταξύ των δύο φύλων. Παρόλα αυτά, πρόκειται για ένα περισσότερο ανδροκρατούμενο άθλημα. Τέλος, όπως προκύπτει, η εισαγωγή του αθλήματος στους Ολυμπιακούς αγώνες έδωσε την ευκαιρία να αναδειχτεί η Ελλάδα, έχει γίνει πλέον το άθλημα πιο γνωστό στον κόσμο και δίνεται η δυνατότητα στους αθλητές να εκπροσωπούν την Ελλάδα ενώ, ως προς τις τροποποιήσεις του κανονιστικού πλαισίου των αγώνων η σημαντικότερη αλλαγή αφορά την καταγραφή των πόντων.

Λέξεις - κλειδιά: Ταεκβοντό, Ελλάδα, Ολυμπιακοί αγώνες, φύλο, κανόνες

## **Abstract**

This paper deals with the sport of Taekwondo in Greece. Initially, the paper mentions the history and characteristics of Taekwondo, and its position both globally and in Greece. Also, special reference is made to the factors of engagement or withdrawal from Taekwondo and also to the dimensions of gender in the engagement with Taekwondo. The theoretical part concludes with a reference to the competitive framework of Taekwondo and the commercialization of the sport. Then, a primary qualitative research is carried out with the aim of investigating the state of the sport of TaeKwonDo in Greece and in particular the investigation of the involvement of male and female athletes in the specific sport in Greece, in its regulatory framework and its inclusion in the Olympic Games. Seven people participated in the research, of which four were women and three were men aged between 20 - 28 years who have been involved in the sport between 7 - 16 years. According to the results of the research TaeKwonDo is an important part in the life of the athletes. It is a sport that has taught them values, it is a way for them to find themselves. Regarding gender and the practice of the sport of Taekwondo, it follows that it is a sport for everyone without particular distinctions between the two sexes. However, it is a more male - dominated sport. Finally, as it turns out, the introduction of the sport to the Olympic games gave the opportunity to highlight in Greece, the sport has now become more well - known in the world and the athletes are given the opportunity to represent , while in Greece terms of the amendments to the regulatory framework of the games, the most important change concerns the recording of points.

**Keywords:** Taekwondo, Greece, Olympic games, gender, rules

## Περιεχόμενα

Περίληψη.....	5
Abstract.....	6
Περιεχόμενα.....	7
Συντομογραφίες & Ακρωνύμια.....	9
Εισαγωγή.....	10
Κεφάλαιο 1 <sup>ο</sup> .....	13
1.1 Ανασκόπηση βιβλιογραφίας.....	13
1.2 Σπουδαιότητα της έρευνας.....	16
1.3 Ερευνητικά ερωτήματα.....	16
1.4 Περιορισμοί της έρευνας.....	18
1.5 Προσδοκώμενα αποτελέσματα.....	18
Κεφάλαιο 2 <sup>ο</sup> .....	19
2.1 Η ιστορία του Ταεκβοντό.....	19
2.2 Το Ταεκβοντό στον παγκόσμιο χάρτη.....	20
2.3 Η πορεία του Ταεκβοντό στην Ελλάδα.....	24
2.4 Τα χαρακτηριστικά του Ταεκβοντό.....	24
2.5 Το κανονιστικό πλαίσιο στο Ταεκβοντό.....	29
Κεφάλαιο 3 <sup>ο</sup> .....	34
3.1 Παράγοντες ενασχόλησης και απόσυρσης από το Ταεκβοντό .....	34

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

Κεφάλαιο 4 <sup>ο</sup> .....	41
4.1 Φύλο και αθλητισμός - Η θέση της γυναίκας στις πολεμικές τέχνες.....	41
4.2 Φύλο και Ταεκβοντό – Η θέση της γυναίκας.....	45
Κεφάλαιο 5 <sup>ο</sup>	
5.1 Το αγωνιστικό πλαίσιο λειτουργίας του Ταεκβοντό.....	48
Κεφάλαιο 6 <sup>ο</sup> .....	52
6.1 Μεθοδολογία της έρευνας.....	52
6.1.1 Σκοπός της έρευνας.....	52
6.1.2 Μέθοδος συλλογής δεδομένων.....	52
6.1.3 Συμμετέχοντες έρευνας.....	53
6.1.4 Διαδικασία συλλογής δεδομένων.....	53
6.1.5 Μέθοδος ανάλυσης δεδομένων.....	54
Κεφάλαιο 7 <sup>ο</sup>	
7.1 Αποτελέσματα .....	59
7.1.1 Ενασχόληση με το άθλημα του TaeKwonDo.....	59
7.1.2 Παράγοντες συνέχισης του αθλήματος ή απόσυρσης από το άθλημα.....	69
7.1.3 Διαστάσεις του φύλου στην ενασχόληση με το άθλημα.....	74
7.1.4 Το αγωνιστικό πλαίσιο λειτουργίας του αθλήματος.....	79
Συμπεράσματα.....	87
Βιβλιογραφία.....	91
Παράρτημα.....	98



*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

## **Συντομογραφίες & Ακρωνύμια**

ITF International Taekwondo Federation

USAT United States of America Taekwondo

WTF World Taekwondo Federation

ΓΓΑ Γενική Γραμματεία Αθλητισμού

ΔΟΕ Διεθνής Ολυμπιακή Επιτροπή

ΕΛΟΤ Ελληνική Ομοσπονδία Ταεκβοντό

ETABE Ένωση Ταεκβοντό Βορείου Ελλάδας

ETANE Ένωση Ταεκβοντό Νοτίου Ελλάδας

ΣΕΦΑΑ Σχολής Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού

ΤΕΦΑΑ Τμήμα Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού

## **Εισαγωγή**

Το Taekwondo και συγκεκριμένα το ολυμπιακό στυλ του αθλήματος, (WTF) το οποίο, έχει πάρει το όνομά του από την παγκόσμια ομοσπονδία Ταεκβοντό (World Taekwondo Federation), θεωρείται ένα δημοφιλές άθλημα. Οι αθλητές του διακρίνονται για την πειθαρχία, τον σεβασμό, την ευγένεια και την αλληλεγγύη τους (Yard, Knox, Smith & Comstock, 2007). Ιδιαίτερο ενδιαφέρον προκαλεί το γεγονός πως παρά τη βίαιη φύση του αθλήματος καθώς, οι παίκτες συγκρούονται μέσω λακτισμάτων για να κερδίσουν πόντους στους αγώνες, το Taekwondo πρεσβεύει την ευγενή άμιλλα, την εσωτερική γαλήνη και την ειρήνη. Οι ρίζες του τοποθετούνται 2.500 χρόνια πριν στην παράδοση της Κορέας, ως μία πολεμική τέχνη. Στον παγκόσμιο χάρτη η πολεμική αυτή τέχνη άρχισε να εμφανίζεται τη δεκαετία του 1960, ενώ στον εγχώριο χάρτη εισάχθηκε μία δεκαετία αργότερα. Στην Ελλάδα το Ταεκβοντό κατάφερε μέσα σε λίγα χρόνια να εξαπλωθεί σε ολόκληρη τη χώρα. Παρά το γεγονός πως αποτελεί μία παραδοσιακή Κορεατική τέχνη οι Έλληνες ασκούμενοι κατάφεραν γρήγορα να αφουγκραστούν τη φιλοσοφία του αθλήματος και να υιοθετήσουν τις αξίες του. Ιδιαίτερο ενδιαφέρον παρουσιάζει το πώς βιώνουν οι μαθητές την ενασχόλησή τους με το άθλημα και τον ρόλο που έχει στη ζωή τους. Ο τρόπος ζωής και η φιλοσοφία που διδάσκεται στο Ταεκβοντό φαίνεται να έχει καίρια σημασία στην προσωπικότητα και στα πιστεύω των ασκούμενων.

Η ομοσπονδία στο Ταεκβοντό για να καταφέρει να εδραιώσει το άθλημα ως μία πιθανή επιλογή ενασχόλησης, σχεδίασε μία σειρά από αλλαγές στους κανόνες του αθλήματος οι οποίες, σε συνδυασμό με την εισαγωγή του στους Ολυμπιακούς έκαναν το άθλημα προσιτό και δημοφιλές στο ευρύτερο κοινό. Στην παρούσα έρευνα δίνεται έμφαση στους λόγους για τους οποίους κάποιος επιλέγει να ασχοληθεί με το Ταεκβοντό και τους λόγους που οδηγούν στην απόσυρση ενός αθλητή. Παράλληλα η έρευνα θίγει τη σχέση του φύλου με το

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

Ταεκβοντό. Το Ταεκβοντό ως μια πολεμική τέχνη θεωρείται ένα ανδρικό άθλημα. Η αρρενωπότητα ως μέσω συμβολικής παρουσίασης, έγινε το επίκεντρο της έρευνας για το φύλο από τη δεκαετία του 1980 (Evert & Cynthia, 2007). Σύμφωνα με τους Chalabaev, Sarrazin, Stone & Cury, (2008), η κοινωνία αναμένει από τους άνδρες και τις γυναίκες να υιοθετήσουν, να πιστέψουν και να εκπληρώσουν τόσο στις ανεπτυγμένες όσο και στις αναπτυσσόμενες χώρες, τα κοινωνικά πρότυπα που σχετίζονται με το φύλο. Οι άνδρες αναμένεται να είναι δυνατοί, ανεξάρτητοι και αθλητικοί, ενώ οι γυναίκες αναμένεται να είναι χαριτωμένες, υπάκουες και ελκυστικές. Η κοινωνία απαιτεί συμμόρφωση με την επιβαλλόμενη εντολή φύλου. Φαίνεται πως κατά τη διάρκεια των τελευταίων 100 ετών, οι ρόλοι των φύλων ανδρών και γυναικών έχουν αρχίσει να αλλάζουν πολύ στην κοινωνία και ιδιαίτερα στον κόσμο του αθλητισμού (Eitzen, 2010)

Πρόσφατα, οι αθλήτριες έχουν κάνει μεγάλα βήματα προόδου στην απόκτηση ίσης εκπροσώπησης και κάλυψης από τα μέσα ενημέρωσης, σε σύγκριση με το παρελθόν. Η εξέλιξη των ρόλων των φύλων στην κοινωνία μας έχει δείξει μια σημαντική αλλαγή στον τρόπο με τον οποίο εκπροσωπούνται οι γυναίκες στον αθλητισμό. Η ανάπτυξη των ανδρικών αθλημάτων έχει αποδειχθεί από τη δημιουργία διαφόρων επαγγελματικών αθλητικών πρωταθλημάτων για γυναίκες. Με την εξέλιξη του ρόλου των φύλων στην κοινωνία, οι γυναίκες έχουν αρχίσει να συμμετέχουν σε ορισμένα αθλήματα όπως ποδόσφαιρο, χόκεϊ, στίβος, πυγμαχία κ.λπ. τα οποία στο παρελθόν είχαν μόνο άντρες αθλητές. Σήμερα ο ορισμός της αθλήτριας έχει επίσης αλλάξει καθώς, οι αθλήτριες δεν χαρακτηρίζονται αποκλειστικά με γνώμονα την γυναικεία τους φύση. Τα γυναικεία γνωρίσματα που στερεοτυπικά χαρακτήριζαν τις αθλήτριες όπως, ο συναισθηματισμός και η μειωμένη σωματική δύναμη σταδιακά εξαλείφονται (Saavedra, 2010). Κοιτάζοντας το μέλλον, ο γυναικείος αθλητισμός φαίνεται να γίνεται ακόμα πιο σημαντικός για την κοινωνία, με βάση το πώς οι ρόλοι των φύλων αλλάζουν όχι μόνο στον αθλητισμό αλλά και σε άλλους τομείς του πολιτισμού (Sancar & Sever, 2009). Ένας από τους στόχους της μελέτης είναι να παρουσιάσει τον τρόπο με τον οποίο το Ταεκβοντό ως ένα αντρικό άθλημα προσεγγίζει το φύλο, ενώ παράλληλα τον τρόπο με τον οποίο αναπροσαρμόζεται το άθλημα μέσω της συμμετοχής των γυναικών. Στην πραγματικότητα στην έρευνα όσον αφορά την κοινωνική διάσταση του αθλήματος θα μελετηθούν εκτός από τα ζητήματα φύλου η σχέση του αθλητή με το

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

Ταεκβοντό, ο ρόλος του αθλήματος στη ζωή του και οι λόγοι ενασχόλησης ή απόσυρσης από το άθλημα. Επιπρόσθετα, η έρευνα περιλαμβάνει στοιχεία για το αγωνιστικό πλαίσιο λειτουργίας του αθλήματος. Ο συνδυασμός καταγραφής του αγωνιστικού πλαισίου λειτουργίας του αθλήματος και των κοινωνικών διαστάσεών του, εξυπηρετεί το βασικό εγχείρημα της έρευνας που είναι η αποτύπωση της ελληνικής πραγματικότητας στο Ταεκβοντό.

## **Κεφάλαιο 1<sup>ο</sup>**

### **1.1 Ανασκόπηση βιβλιογραφίας**

Σύμφωνα με έρευνα του Moenig το 2022 η επίσημη καταγεγραμμένη ιστορία του Ταεκβοντό θα έπρεπε να αναθεωρηθεί. Ο Moenig παρουσίασε μελέτες ερευνητών οι οποίοι υποστηρίζουν πως οι ρίζες του Ταεκβοντό δεν τοποθετούνται 2.000 χρόνια πριν στην Κορέα αλλά, είναι ένα μείγμα διαφόρων πολεμικών τεχνών της Ασίας. Σύμφωνα με τα ευρήματα το Ταεκβοντό, δεν φαίνεται να διαφέρει από το Ιαπωνικό καράτε (Forrest και Forrest-Bilincoc, 2018) . Ωστόσο, τη δεκαετία του 1940 η Κορέα θέλησε να αναδιαμορφώσει την πολεμική τέχνη που ονόμασε Ταεκβοντό και να χαράξει μία νέα διαφορετική πορεία στο άθλημα με στόχο κυρίως την προβολή της χώρας στο εξωτερικό. Η Κορέα θέλησε να αποκτήσει μία αυστηρά κορεατική κληρονομιά με στόχο να προβάλει τη δύναμη της χώρας τόσο στο εσωτερικό της όσο και στο εξωτερικό. Έτσι, παρά τις έρευνες οι επίσημες αναφορές δεν αναθεωρούν την ιστορία του αθλήματος και του χρεώνουν ιστορία 2000 χρόνων με προέλευση την Κορέα (Forrest & Forrest-Bilincoc, 2018). Όποια κι αν είναι η αλήθεια για την χρονολογική προέλευση του αθλήματος δεν μπορεί να αμφισβητηθεί πως οι Κορεάτες αναδιαμόρφωσαν το Ταεκβοντό στην σύγχρονη ιστορία και δημιούργησαν μία διαφορετική πολεμική τέχνη σε σύγκριση με τις υπόλοιπες καθώς, το Ταεκβοντό είναι το μοναδικό μαχητικό άθλημα που χρησιμοποιεί κατά κόρον τα λακτίσματα κι όχι τα χτυπήματα με τα χέρια. Με γνώμονα την διαφορετική τους ταυτότητα οι Κορεάτες θέλησαν μέσω της εμπορευματοποίησης του αθλητισμού να προβάλουν σε ολόκληρο τον κόσμο τον πολιτισμό τους. Συνεπώς, μέσα από το Ταεκβοντό, το καμάρι της κορεατικής κουλτούρας, προβάλλεται παγκόσμια η ίδια η χώρα , οι αξίες της και ο πολιτισμός της. Η Κορέα δηλαδή, λόγω της αναγνωρισιμότητας του αθλήματος έχει γίνει γνωστή σε ολόκληρο τον κόσμο (Forrest & Forrest-Bilincoc, 2018).

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

Σύμφωνα με τη διεθνή βιβλιογραφία οι αξίες της κορεατικής κουλτούρας αποτυπώνονται μέσα από τις αξίες του Ταεκβοντό (Forrest & Forrest-Bilincioe, 2018). Πιο συγκεκριμένα οι αξίες του Ταεκβοντό όπως, η πειθαρχία, ο σεβασμός και η αυτοβελτίωση φαίνεται να είναι και οι λόγοι που οι ασκούμενοι επιλέγουν το Ταεκβοντό κι όχι κάποιο άλλο μαχητικό άθλημα. Τα οφέλη της γυμναστικής φαίνεται να έρχονται σε δεύτερη μοίρα για τους αθλητές του Ταεκβοντό. Το 2011 οι Kim, Dattilo και Heo σε έρευνα 168 αθλητών Ταεκβοντό συμπέραναν πως η εμπλοκή με το άθλημα έχει σωματικά και κοινωνικά οφέλη. Συγκεκριμένα, οι συμμετέχοντες ανέφεραν στα σωματικά χαρακτηριστικά τη σωματική δύναμη, τη σωματική τους αυτοαντίληψη και την ευεξία. Στις κοινωνικές δεξιότητες ανέφεραν υψηλά επίπεδα επιμονής και υπομονής, αυτοέκφρασης, αίσθηση αυτοελέγχου και αυτορρύθμισης. Σύμφωνα με τα ευρήματα οι συμμετέχοντες θεωρούν σημαντικότερα τα κοινωνικά παρά τα σωματικά οφέλη που αποκτούν από το άθλημα. Τα κοινωνικά αυτά οφέλη σύμφωνα με την έρευνα δημιουργούν μια κουλτούρα και φιλοσοφία στους ασκούμενους που σχετίζεται άμεσα με τις αρχές που πρεσβεύει το άθλημα. Οι αθλητές του Ταεκβοντό μέσω της συμμετοχής στο άθλημα κοινωνικοποιούνται και δημιουργούν φιλίες και δεσμούς συντροφικότητας. Παράλληλα νιώθουν υψηλή ικανοποίηση στη ζωή τους και στην υγεία τους. Αξίζει να αναφερθεί πως τα οφέλη του Ταεκβοντό φαίνεται να μην σχετίζονται με το φύλο άλλα έχουν άμεση σχέση με την διάρκεια ενασχόλησης των ασκούμενων στο άθλημα. Οι άπειροι συμμετέχοντες οι οποίοι, δεν έχουν συμπληρώσει 3 χρόνια ενασχόλησης με το άθλημα, δεν βίωσαν τόσο έντονα τα κοινωνικά οφέλη σε σχέση με τους έμπειρους εμπλεκόμενους. Συμπερασματικά, η κουλτούρα της Κορέας αντικατοπτρίζεται στην φιλοσοφία του Ταεκβοντό, η οποία μέσω της παγκοσμιοποίησης του αθλήματος ανθίζει σε ολόκληρο τον κόσμο (Kim, Dattilo & Heo, 2011).

Σε έρευνα του 2022 υποστηρίχθηκε πως η ενασχόληση με το Ταεκβοντό σε επαγγελματικό επίπεδο αλλάζει τα κίνητρα των αθλητών για τη συμμετοχή στο άθλημα. Παρά τις ηθικές αξίες στον πρωταθλητισμό εμπλέκονται και χρηματικά κέρδη για τους αθλητές από διακρίσεις και χορηγίες (Soe, Kim, Sim, Ha & Kim, 2022) . Επιπρόσθετα η φήμη και η δόξα για τους νικητές θέτουν τον ανταγωνισμό σε υψηλό επίπεδο. Οι αθλητές φτάνουν στα όριά τους, ώστε να καταφέρουν να νικήσουν σε μία διοργάνωση. Παρά το γεγονός πως οι αθλητές των πολεμικών τεχνών χαρακτηρίζονται για την άμυλα και την ηθική τους, η

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

εισαγωγή του Ταεκβοντό στους Ολυμπιακούς Αγώνες δεν άφησε ανέγγιχτο το άθλημα. Η παγκοσμιοποίηση και η εμπορευματοποίηση έχουν δημιουργήσει μία πελατειακή σχέση μεταξύ αθλητών και ομοσπονδίας, με αποτέλεσμα τα χρηστικά οφέλη να έχουν σημασία για τους επαγγελματίες αθλητές κι όχι οι αξίες του αθλήματος. Συνεπώς, η νίκη είναι η κινητήριος δύναμη (Cynarski, 2019). Ως αποτέλεσμα, οι αθλητές συχνά για να τα καταφέρουν ξεπερνούν τα όρια και οδηγούνται στο σύνδρομο εξουθένωσης με κίνδυνο την πρόωρη εγκατάλειψη του αθλήματος (Soe, Kim, Sim, Ha & Kim, 2022).

Επιπλέον, σύμφωνα με μελέτη του 2017 οι αλλαγές στους κανόνες του αθλήματος που επιβλήθηκαν λόγω της εισαγωγής του Ταεκβοντό στους Ολυμπιακούς Αγώνες, δεν εξυπηρετούν την μείωση των τραυματισμών αλλά τα εντυπωσιακά λακτίσματα και έναν πιο σύγχρονο τρόπο παιχνιδιού, που χαρακτηρίζεται από την εναλλαγή γρήγορων πόντων μετατρέποντας το Ταεκβοντό από ένα μαχητικό άθλημα πλήρους επαφής σε ένα παιχνίδι με ελαφριά χτυπήματα (Moening, 2017). Ωστόσο, παρά το γεγονός πως δεν επιβάλλεται δύναμη για να καταφέρει ο αθλητής να κερδίσει πόντο το νέο κανονιστικό πλαίσιο δεν μείωσε τους τραυματισμούς. Σε έρευνα του 2012 το Ταεκβοντό βρέθηκε στην κορυφή των τραυματισμών σε σχέση με άλλα αθλήματα επαφής όπως το soccer. Οι αλλαγές που έχουν επιβληθεί στη βαθμολόγηση των πόντων δίνουν κίνητρο στους αθλητές να επιλέγουν λακτίσματα στο κεφάλι τα οποία τους επιφέρουν έως τέσσερις πόντους. Το περιστροφικό λάκτισμα στο κεφάλι βρέθηκε να εμπλέκεται στο 57% των τραυματισμών στο κεφάλι στους άνδρες και στο 50% των τραυματισμών στο κεφάλι στις γυναίκες. Η γρήγορη εναλλαγή λακτισμάτων και τα εντυπωσιακά νοκ-άουτ εξυπηρετούν το θέαμα και εγείρουν το ενδιαφέρον των θεατών καθλώνοντάς τους στους αγώνες Ταεκβοντό. Συνεπώς, οι αλλαγές του κανονιστικού πλαισίου δεν στοχεύουν στο να γίνει το άθλημα πιο ασφαλές, αλλά στην καθιέρωση του ως Ολυμπιακό αγώνισμα. Για χάρη του θεάματος η Διεθνής Ολυμπιακή Επιτροπή αλλά και η παγκόσμια ομοσπονδία Ταεκβοντό φαίνεται να αδιαφορούν για τα υψηλά ποσοστά τραυματισμών (Pieter, Fife, & Sullivan, 2012).

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

## **1.2 Σπουδαιότητα της έρευνας**

Το Ταεκβοντό ανήκει στα πιο δημοφιλή μαχητικά αθλήματα στην Ελλάδα και στο εξωτερικό. Παρά τη μεγάλη συμμετοχή των Ελλήνων στο άθλημα και το γεγονός πως το Ταεκβοντό έχει προσφέρει τέσσερα ολυμπιακά μετάλλια στην Ελλάδα και αναρίθμητες διακρίσεις σε παγκόσμια και ευρωπαϊκά πρωταθλήματα, οι ερευνητές φαίνεται να αδιαφορούν για το άθλημα. Επιπρόσθετα, η έρευνα είναι ελλιπής τόσο στον ελληνικό όσο και στον παγκόσμιο χάρτη και ως επί το πλείστον εξετάζει ζητήματα που σχετίζονται με την αγωνιστική απόδοση και τις κακώσεις. Επιπλέον, υπάρχουν έρευνες που σχετίζονται με τις αλλαγές στο κανονιστικό πλαίσιο του Ταεκβοντό και με τις διατροφικές συνήθειες των αθλητών. Φαίνεται πως οι ερευνητές δίνουν έμφαση στον πρωταθλητισμό και τις αποδόσεις των αθλητών, ενώ αφήνουν στο περιθώριο την κοινωνική διάσταση του αθλήματος. . Στη βιβλιογραφία βρέθηκαν μελέτες, που προσέγγισαν με παρόμοιο τρόπο το άθλημα, αλλά αποτελούσαν κομμάτι έρευνας των μαχητικών αθλημάτων και όχι εξ' ολοκλήρου του Ταεκβοντό. Συμπερασματικά, η έρευνα, παρά το γεγονός πως αποτελεί διπλωματική εργασία, έχει σπουδαία σημασία για το άθλημα του Ταεκβοντό, καθώς αποτελεί μέρος των πρώτων προσπαθειών να αποτυπωθούν στη βιβλιογραφία οι κοινωνικές πτυχές του αθλήματος, όπως το ρόλο των φύλων.

## **1.3 Ερευνητικά ερωτήματα**

Σκοπός της παρούσας έρευνας είναι η εξέταση της ελληνικής πραγματικότητας του Ταεκβοντό. Πιο συγκεκριμένα, γίνεται μία προσπάθεια καθολικής αποτύπωσης του αθλήματος, που αναδεικνύει τις κοινωνικές και ανθρωπιστικές πτυχές του Ταεκβοντό σε συνδυασμό με τα χαρακτηριστικά του αθλήματος. Για το σκοπό αυτό η παρούσα μελέτη ερευνά το άθλημα σε τέσσερις άξονες. Αρχικά, στις συνεντεύξεις που πάρθηκαν οι συμμετέχοντες απαντούν σε ερωτήματα σχετικά με την ενασχόλησή τους στο άθλημα όπως, «ποια είναι η σχέση σας με το άθλημα του Ταεκβοντό», «ποιος είναι ο ρόλος του Ταεκβοντό στη ζωή σας». Στη συνέχεια τα ερευνητικά ερωτήματα σχετίζονται με παράγοντες απόσυρσης ή ενασχόλησης με το άθλημα όπως, «για πόσα χρόνια θεωρείτε πως θα



*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

ασχολείστε με το άθλημα», «υπάρχουν συναθλητές σας που σταμάτησαν το Ταεκβοντό». Επιπρόσθετα ο τρίτος άξονας εξετάζει τις διαστάσεις του φύλου στο Ταεκβοντό με ερωτήματα όπως, «το Ταεκβοντό απευθύνεται και σε άντρες και σε γυναίκες», «πως βλέπουν οι συναθλητές σας, άνδρες και γυναίκες, την συμμετοχή των γυναικών στο άθλημα». Τέλος, στο τέταρτο στάδιο ερευνάται το αγωνιστικό πλαίσιο λειτουργίας του αθλήματος. Ερωτήματα όπως, «η εισαγωγή του Ταεκβοντό στους Ολυμπιακούς Αγώνες επηρέασε το άθλημα» και «επηρεάζουν το Ταεκβοντό οι τροποποιήσεις του κανονιστικού πλαισίου των αγώνων» συμπληρώνουν τα σετ ερωτημάτων που στοχεύουν στη διερεύνηση της πραγματικότητας του Ταεκβοντό στην Ελλάδα.

#### **1.4 Περιορισμοί της έρευνας**

Ο πρώτος περιορισμός της έρευνας σχετίζεται με τους συμμετέχοντες. Οι συμμετέχοντες πρέπει αυστηρά να είναι ενήλικα άτομα. Τα άτομα αυτά δεν χρειάζεται απαραίτητα να έχουν συμμετάσχει σε αγώνες Ταεκβοντό, ωστόσο οφείλουν να έχουν ενεργή ενασχόληση με το άθλημα. Για την έρευνα επιλέχθηκαν αθλητές, οι οποίοι ασκούσαν το άθλημα κατά την περίοδο που λήφθηκε η συνέντευξη, καθώς υπήρχαν ερωτήσεις που σχετίζονταν με παράγοντες μελλοντικής απόσυρσης ή ενασχόλησης με το άθλημα. Επιπλέον, για την έρευνα επιλέχθηκαν ασκούμενοι, οι οποίοι είχαν τουλάχιστον πέντε χρόνια επαφής με το άθλημα, ώστε να μπορέσουν να έχουν εμπειρία και πλήρη εικόνα για το ελληνικό Ταεκβοντό. Ένας ακόμα περιορισμός της έρευνας σχετίζεται με τον τόπο διεξαγωγής της, καθώς επιλέχθηκε η πόλη της Θεσσαλονίκης λόγω της προσβασιμότητας του ερευνητή. Αυτό δεν σημαίνει πως οι ερωτηθέντες όφειλαν να έχουν μεγαλώσει στην Θεσσαλονίκη, αλλά να κατοικούν την περίοδο των συνεντεύξεων στην συγκεκριμένη πόλη. Έτσι, οι περιορισμοί που πάρθηκαν έθεσαν και τα όρια της έρευνας. Αξίζει να αναφερθεί πως παρά την εγκυρότητα του δείγματος, το γεγονός ότι αποτελείται από 4 γυναίκες και 3 άνδρες, αποτυπώνει το προσωπικό βίωμα των συμμετεχόντων, ωστόσο, λόγω του μικρού μεγέθους του και του γεωγραφικού περιορισμού του, δεν μπορεί να θεωρηθεί πως αποτυπώνει την καθολική

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

εικόνα του αθλήματος σε ολόκληρη την Ελλάδα. Ωστόσο, η συγκεκριμένη μελέτη θέτει τις βάσεις για περαιτέρω έρευνα του αθλήματος.

### **1.5 Προσδοκώμενα αποτελέσματα**

Τα ερευνητικά ερωτήματα της μελέτης μπορούν να χωριστούν σε τέσσερις θεματικές ενότητες. Αρχικά τα ερωτήματα αφορούν ζητήματα ενασχόλησης με το άθλημα. Σκοπός των ερωτημάτων είναι να καταγραφεί αν και πώς η φιλοσοφία του αθλήματος επηρεάζει τον αθλητή και ποιοι ήταν οι λόγοι που τον οδήγησαν να επιλέξει το συγκεκριμένο άθλημα. Σε αυτό το σετ ερωτημάτων αναμένεται οι ασκούμενοι να συσχετίσουν την ενασχόλησή τους με το άθλημα του Ταεκβοντό ως μία επιλογή κατευθυνόμενοι από κοινωνικούς παράγοντες όπως η οικογένεια και οι φίλοι. Παράλληλα, η ενασχόληση με το άθλημα αναμένεται να χαρακτηριστεί ως θετική και να έχει άμεσο αντίκτυπο στις αντιλήψεις του αθλητή και στον τρόπο ζωής του. Στο δεύτερο μέρος της έρευνας τίγονται ζητήματα παραμονής ή απόσυρσης από το Ταεκβοντό. Τα αποτελέσματα που αναμένει η έρευνα είναι πως οι ασκούμενοι θα σταματούσαν το Ταεκβοντό λόγω κοινωνικών υποχρεώσεων όπως η οικογένεια ή λόγω τραυματισμού. Στη συνέχεια σχετικά με τα ζητήματα φύλου η έρευνα αναμένει ποικιλία απαντήσεων. Από τη μία πλευρά το Ταεκβοντό χαρακτηρίζεται ως αντρικό άθλημα ωστόσο, στην φιλοσοφία του αθλήματος δεν ταιριάζουν οι έννοιες της διάκρισης και του ρατσισμού. Συνεπώς, τα αποτελέσματα αναμένεται να είναι ενθαρρυντικά ως προς τις έμφυλες διακρίσεις χωρίς να είναι απόλυτη αυτή η τοποθέτηση. Τέλος, σχετικά με το αγωνιστικό πλαίσιο λειτουργίας του αθλήματος ερωτήσεις που σχετίζονται με τους Ολυμπιακούς αγώνες προβλέπεται να καταγράψουν την σπουδαιότητα της εισαγωγής του αθλήματος στην διοργάνωση ενώ, σχετικά με τις αλλαγές του κανονιστικού πλαισίου των αγώνων θα γίνει η υπόθεση πώς η αλλαγή του συμβατικού θώρακα σε ηλεκτρονικό είναι αυτή που είχε τη μεγαλύτερη σημαντικότητα.

## **Κεφάλαιο 2<sup>ο</sup>**

### **2.1 Η ιστορία του Ταεκβοντό**

Η σύγχρονη βιβλιογραφία θέλει τις ρίζες του Ταεκβοντό στη σύγχρονη εποχή και συγκεκριμένα στη δεκαετία του 1940, όπου αναγεννήθηκε μέσα από το Ιαπωνικό καράτε. (Moenig, 2022). Ωστόσο, στην παρούσα έρευνα θα παρουσιαστεί η επίσημη ιστορία του αθλήματος έως σήμερα. Δεν αμφισβητείται πως η προέλευση του Ταεκβοντό μπορεί να εντοπιστεί στην Ασία. Για τους παραδοσιακούς ερευνητές είναι ένα κορεατικό άοπλο σύστημα μάχης, του οποίου η παραδοσιακή ιστορία ανιχνεύει την καταγωγή του πριν από 2000 χρόνια (García & Spencer, 2013). Έχουν βρεθεί τοιχογραφίες και έγγραφα, που υποδηλώνουν την ύπαρξη της πολεμικής αυτής τέχνης στην Κορέα της δυναστείας “koguryo”. Οι Κορεάτες εξασκούσαν την πολεμική αυτή τέχνη με το όνομα “TaeKyon”, μέχρι το 1955, όπου και πήρε τη σημερινή της ονομασία. Το σημερινό του όνομα, taekwondo, υποδηλώνει έναν συνδυασμό ποδιού, γροθιάς και πνεύματος. Πιο συγκεκριμένα, Tae σημαίνει τεχνική με τα πόδια, Kwon σημαίνει τεχνική με τα χέρια και Do είναι ένας συνδυασμός τέχνης, τρόπου σκέψης, πνεύματος και φιλοσοφίας. Συνεπώς, κατά την εξάσκηση του ταεκβοντό ένας αθλητής πρέπει να συντονίζει τις κινήσεις των χεριών, των ποδιών και κυρίως μαζί με ολόκληρο το σώμα του πρέπει να συντονίζει και το πνεύμα του. (Μπέης, 2015). Επιπλέον, ο αθλητής πρέπει να σχεδιάζει διανοητικά τις στρατηγικές του, τόσο για επίθεση, όσο και για άμυνα. Με άλλα λόγια, το άθλημα απαιτεί μια ισορροπία μεταξύ της φυσικής και της ψυχικής κατάστασης (Yu, 1995).

Από τη δεκαετία του 1970, όπου και διοργανώθηκε το πρώτο παγκόσμιο πρωτάθλημα, το Ταεκβοντό έχει αποκτήσει σημαντική παγκόσμια δημοτικότητα ειδικά στη Νότια Κορέα, την Ιαπωνία, την Ταϊβάν και τις Ηνωμένες Πολιτείες. Συγκεκριμένα το 1973, η Παγκόσμια Ομοσπονδία Ταεκβοντό (WTF) ιδρύθηκε στη Σεούλ της Νότιας Κορέας με σκοπό την ανάπτυξη του αγωνιστικού Ταεκβοντό. Με την ίδρυση της παγκόσμιας ομοσπονδίας Ταεκβοντό το άθλημα διαχωρίζεται από τη διεθνή ομοσπονδία ITF, που υπήρχε από το 1966. Με αυτόν τον τρόπο δημιουργούνται δύο διαφορετικά στυλ Ταεκβοντό. Αξίζει να αναφερθεί

### *Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

πως οι λόγοι διαχωρισμού του αθλήματος έχουν και πολιτικό υπόβαθρο. Δεν είναι τυχαίο το γεγονός πως η έδρα του ITF βρίσκεται στον Καναδά και απαρτίζεται από εξόριστους Κορεάτες, ενώ η έδρα του WTF βρίσκεται στην Σεούλ. Το αγωνιστικό Ταεκβοντό έχει κερδίσει την εύνοια της κορεατικής κυβέρνησης, καθώς συνδέεται άμεσα με τον στρατό και τον πρόεδρο (Forrest & Forrest-Blincoe, 2018). Επιπλέον η κυβέρνηση της Κορέας μέσω της σύνδεσής της με το Ταεκβοντό, ασπαζόμενη την παραδοσιακή του ιστορία θέλησε να νομιμοποιήσει την ισχύ της. Το Ταεκβοντό χρησιμοποιήθηκε ως σύμβολο έθνους και πολιτισμού για τη χώρα. Η συνέχεια του αθλήματος βρίσκει το στυλ του WTF να αναγνωρίζεται παγκόσμια από τη Διεθνή Ολυμπιακή Επιτροπή το 1980. Το 1985 το Ταεκβοντό εντάχθηκε στους Διεθνείς Πανεπιστημιακούς Αθλητικούς Διαγωνισμούς. Τρία χρόνια αργότερα συμπεριλήφθηκε στο πρόγραμμα των Ολυμπιακών Αγώνων της Σεούλ του 1988 ως άθλημα επίδειξης, ενώ το 1994 αναγνωρίστηκε επίσημα από την διεθνή επιτροπή ως ολυμπιακό άθλημα. Το Taekwondo έκανε πρεμιέρα ως επίσημο άθλημα στους Ολυμπιακούς Αγώνες του Σίδνεϋ που διεξήχθησαν το 2000 (Hsiaoetal., 2010).

## **2.2 Το Ταεκβοντό στον παγκόσμιο χάρτη**

Το Ταεκβοντό είναι τη σημερινή εποχή ένα εξαιρετικά δημοφιλές άθλημα παγκοσμίως. Όπως αναφέρθηκε από τις αρχές της δεκαετίας του 1960, το Ταεκβοντό έχει αναπτυχθεί στις Ηνωμένες Πολιτείες και έχει γίνει μια από τις πιο κοινές μορφές εκπαίδευσης αυτοάμυνας, αντικαθιστώντας πολλές σχολές Τζούντο, Καράτε και Κουνγκ-Φου των περασμένων δεκαετιών. Ο Καναδάς έχει μεγάλους ακόλουθους του Ταεκβοντό καθώς και το Ηνωμένο Βασίλειο. Το Ταεκβοντό είναι επίσης πολύ δημοφιλές στην Αυστραλία. Σίγουρα στην Κορέα, στις ΗΠΑ, στον Καναδά και στο Ηνωμένο Βασίλειο έχει μεγάλη δημοτικότητα. Επίσης οι χώρες αυτές διακρίνονται για την πρακτική τους στο άθλημα. Ο αριθμός των μελών της WTF είναι επί του παρόντος 205, με εκτιμώμενο παγκόσμιο πληθυσμό να ασκείται στο Ταεκβοντό τα 55 εκατομμύρια (Păunescuetal., 2014).

### **2.3 Η πορεία του Ταεκβοντό στην Ελλάδα**

Οι ρίζες του Taekwondo στην Ελλάδα εντοπίζονται στην πόλη της Αθήνας, όπου πρωτοεμφανίστηκε σε μία επίδειξη το 1968 από τον Kwon Jae Hwa, κάτοχο 6 Dan και τον Έλληνα μαθητή του Κάσση Σταμάτη. Ένα χρόνο αργότερα, έφτασε στη Θεσσαλονίκη και άρχισε να εξελίσσεται αργά μέσα από τις ατομικές προσπάθειες των ασκούμενων του και κατά τη δεκαετία του 1970. Τον Δεκέμβριο του 1979, το Taekwondo έλαβε επίσημη αναγνώριση ως άθλημα από τις αρχές του κράτους (Γ.Γ.Α.) και έγινε μέρος του Σ.Ε.Γ.Α.Σ. με μόνο 11 Σωματεία σε όλη την Ελλάδα. Η αναγνώριση αυτή πυροδότησε μια εκθετική ανάπτυξη στο άθλημα και το 1987 ο αριθμός των Ενώσεων ξεπέρασε τις 40. Η Πολιτεία ενέκρινε την πρόταση για την ίδρυση της 23ης Ομοσπονδίας, που οδήγησε στη σύσταση της ΕΛΟΤ (Ελληνική Ομοσπονδία Ταεκβοντό, 2017).

Η ΕΛΟΤ ήταν υπεύθυνη για την αύξηση της αθλητικής δραστηριότητας, που οδήγησε σε εντυπωσιακούς ρυθμούς ανάπτυξης τον κλάδο. Σήμερα υπάρχουν πάνω από 430 ενεργά Σωματεία σε κάθε γωνιά της Ελλάδας, συμπεριλαμβανομένων μικρών χωριών και νησιών. Η ΕΛΟΤ αποτελείται από δύο Ενώσεις: την Ένωση Βορείου Ελλάδος και την Ένωση Νοτίου Ελλάδος. Σε συνεργασία με την Γ.Γ.Α., διευκόλυναν 18 σχολές προπονητών για εκπαίδευση 2ης και 3ης κατηγορίας μεταξύ 1989 και 2008. Οι σχολές αυτές παρείχαν εκπαίδευση σε 580 προπονητές από όλη την Ελλάδα για να αποκτήσουν τις επαγγελματικές τους άδειες (Ελληνική Ομοσπονδία Ταεκβοντό, 2017).

Η Αθλητική Ομοσπονδία είναι ο κατεξοχήν αθλητικός οργανισμός στη χώρα, υπεύθυνος για την προώθηση και προώθηση ενός συγκεκριμένου αθλήματος ή κλάδου αθλητισμού σε εθνικό επίπεδο μέσω των συλλόγων που την απαρτίζουν (Παναγιωτόπουλος, 2001). Οι Αθλητικές Ομοσπονδίες λειτουργούν σύμφωνα με τις κατευθυντήριες γραμμές που ορίζονται από τον Αστικό Κώδικα (ΑΚ) που διέπει τις ενώσεις καθώς και από τον αθλητικό νόμο (Άρθρο 19 και ΑΚ Άρθρο 78, Παναγιωτόπουλος, 2001). Το 1987, η ίδρυση της Ελληνικής Ομοσπονδίας Ταεκβοντό, της 23ης Αθλητικής Ομοσπονδίας στην Ελλάδα αποτελούμενη από 40 αθλητικές ενώσεις, σηματοδότησε την έναρξη ενός λαμπρού ταξιδιού για τον κορεατικό αθλητισμό στη χώρα. Η ΕΛΟΤ ήταν ιδιαίτερα δραστήρια και ως εκ τούτου, το Ταεκβοντό

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

άνθισε με εντυπωσιακούς ρυθμούς. Αυτή τη στιγμή, υπάρχουν 326 εγγεγραμμένοι σύλλογοι Taekwondo στο Μητρώο Αθλητικών Ομίλων της ΓΓΑ σε όλη την Ελλάδα, από μεγάλα αστικά κέντρα έως μικρά νησιά και απομακρυσμένες περιοχές της ηπειρωτικής χώρας. Σύμφωνα με στοιχεία της Γενικής Γραμματείας Αθλητισμού το 2023, οι εγγεγραμμένοι σύλλογοι για το άθλημα κατατάσσονται στην τέταρτη θέση στη χώρα μετά το ποδόσφαιρο (1983), το μπάσκετ (794) και το βόλεϊ (378). Από τα μαχητικά αθλήματα, το Taekwondo (ΕΛΟΤ) είναι το πιο δημοφιλές με το Karate (172) να ακολουθεί στη δεύτερη θέση και το Kick - Boxing (162) στην τρίτη θέση. Ο ρόλος και η αποστολή των αθλητικών συλλόγων είναι πολυδιάστατα περιλαμβάνοντας όχι μόνο την καλλιέργεια και ανάπτυξη των δεξιοτήτων και ικανοτήτων των αθλητών για επίσημους αγώνες, αλλά και την εξοικείωση των μελών με τη δια βίου μάθηση και προπόνηση, τις αξίες και τα ιδανικά του αθλητισμού και τις αρετές του Ταεκβοντό ως πολεμική τέχνη ή ολυμπιακό άθλημα. Για την προώθηση της ανάπτυξης και βελτίωσης του Ταεκβοντό στην Ελλάδα, καθώς και για τη διασφάλιση αποτελεσματικής διοίκησης και ανταγωνισμού, ιδρύθηκαν δύο σύλλογοι και επτά τοπικές επιτροπές σε συνεργασία με τον ΕΛΟΤ. Ιδρύθηκαν η Ένωση Ταεκβοντό Βορείου Ελλάδος (ETABE) με έδρα τη Θεσσαλονίκη και η Ένωση Ταεκβοντό Νοτίου Ελλάδος (ETANE) με έδρα την Αθήνα. Οι επτά τοπικές επιτροπές, που εκτείνονται σε όλη τη χώρα ολοκληρώνουν το δίκτυο. Βασική αποστολή των Ενώσεων Ταεκβοντό Νοτίου και Βορείου Ελλάδος από την ίδρυσή τους είναι η συνεχής διάδοση και ανάπτυξη του αθλήματος στα γεωγραφικά όρια της Ελλάδας, βοηθώντας το έργο που παράγουν τα αθλητικά σωματεία της και επίσης η βελτίωση του ποιοτικού επιπέδου του Ταεκβοντό συνολικά, ενισχύοντας τις προσπάθειες των αθλητών, προπονητών, τεχνικών συμβούλων, διαιτητών, διοργανωτών και επίλεκτων διακριθέντων αθλητών (Ελληνική Ομοσπονδία Ταεκβοντό, 2017).

Τα τελευταία 30 χρόνια, σε συνεργασία με τη ΓΓΑ, ο ΕΛΟΤ έχει οργανώσει είκοσι Σχολές Προπονητών Β & Γ κατηγοριών (1989 - 2019) για την εκπαίδευση προπονητών και την απόκτηση άδειας άσκησης του επαγγέλματος. Σήμερα οι απόφοιτοι αυτοί εντάσσονται στους αποφοίτους της Σχολής Επιστήμης Φυσικής Αγωγής και Αθλητισμού (Σ.Ε.Φ.Α.Α.). Σύμφωνα με επίσημα στοιχεία από το Μητρώο Αθλητικών Σωματείων της Γενικής Γραμματείας Αθλητισμού, υπάρχουν σήμερα 822 προπονητές Ταεκβοντό με άδεια ασκήσεως επαγγέλματος στην Ελλάδα. Αυτό περιλαμβάνει προπονητές από σχολές που ειδικεύονται

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

στο Taekwondo, συμπεριλαμβανομένου του πρώην Τ.Ε.Φ.Α.Α., καθώς και προπονητές αναγνωρισμένους από άλλες σχολές εσωτερικού ή εξωτερικού.

Το Taekwondo σήμερα ενσωματώθηκε στα πανεπιστημιακά προγράμματα σπουδών τόσο ως κύρια ειδικότητα όσο και ως μάθημα επιλογής. Αυτό έχει συμβεί με το Τ.Ε.Φ.Α.Α.-Α.Π.Θ. από το 1991 και με το Πανεπιστήμιο Αθηνών από το 2005. Επιπλέον προσφέρεται και ως μάθημα Δευτεροβάθμιας Ειδικότητας και Επιλογής για Τ.Ε.Φ.Α.Α.-Δ.Π.Θ. από το 1990 και ως μάθημα Επιλογής για Τ.Ε.Φ.Α.Α. Θεσσαλίας από το 2005. Τα τελευταία χρόνια το Ταεκβοντό εντάσσεται και σε Αθλητικές Σχολές (Τ.Α.Δ.) σε οκτώ νομούς, με αυξανόμενο αριθμό σχολών σε άλλες περιοχές. Κάθε χρόνο ο αριθμός των διεθνών διακρίσεων που απονέμονται στο άθλημα του Taekwondo αυξάνεται και ο ανταγωνισμός για αυτά τα βραβεία γίνεται πιο έντονος. Η Ελλάδα έχει να παρουσιάσει πολλές διακρίσεις και σε Ευρωπαϊκά και Παγκόσμια Πρωταθλήματα, τόσο στην κατηγορία Αντρών - Γυναικών, όσο και στην κατηγορία Εφήβων - Νεανίδων.

Αποκορύφωμα όλων των διακρίσεων της χώρας είναι η απονομή μεταλλίων στους Ολυμπιακούς Αγώνες, κάτι που συμβαίνει σταθερά από το 2000, το 2004 και το 2008. Αξιοσημείωτο είναι ότι το Ταεκβοντό είναι το μοναδικό άθλημα στην Ελλάδα που κερδίζει σταθερά Ολυμπιακά μετάλλια από την πρώτη του συμμετοχή (Ελληνική Ομοσπονδία Ταεκβοντό, 2017). Στο σημείο αυτό αξίζει να αναφερθούν οι σπουδαίοι ολυμπιονίκες της Ελλάδας, οι οποίοι με το ήθος, τις διακρίσεις και τον τρόπο ζωής τους κατάφεραν να διαδώσουν το άθλημα σε κάθε περιοχή της Ελλάδας. Η Μόρφω Δροσίδου με το χάλκινο μετάλλιο στην Βαρκελώνη, θεωρείται η πρώτη Ελληνίδα ολυμπιονίκης, παρά το γεγονός πως το Ταεκβοντό συμμετείχε ως άθλημα επίδειξης. Στη συνέχεια ο Μιχάλης Μουρούτσος έγινε επίσημα ο πρώτος Έλληνας που κατέκτησε χρυσό μετάλλιο στους Ολυμπιακούς Αγώνες του Σίδνεϋ το 2000. Στους επόμενους Ολυμπιακούς όπου η Ελλάδα είχε την τιμή να τους διοργανώσει η συμμετοχή του Ταεκβοντό χάρισε στην χώρα δύο μετάλλια με την Ελισάβετ Μυστακίδου και τον Αλέξανδρο Νικολαΐδη να κατακτούν αντίστοιχα το ασημένιο μετάλλιο της κατηγορίας τους. Τέλος, την επόμενη τετραετία το 2008, στο Πεκίνο, ο Αλέξανδρος Νικολαΐδης κατάφερε να χαρίσει στην πατρίδα του ένα ακόμα ολυμπιακό μετάλλιο ανεβαίνοντας ξανά στη δεύτερη θέση του βάθρου. Ο σπουδαίος αυτός πρωταθλητής αποτελεί για την Ελλάδα το αποκορύφωμα των θεμελιωδών αξιών που πρεσβεύει το άθλημα του



*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

Ταεκβοντό. Ο Αλέξανδρος Νικολαΐδης, ο οποίος με τις αξίες του και τις πράξεις του σε όλη τη διάρκεια της ζωής του, καθώς και με την τελευταία του επιθυμία να βγουν από την οικογένειά του σε δημοπρασία τα μετάλλιά του, ώστε τα χρήματα να διατεθούν για φιλανθρωπικό σκοπό, αποτελεί πηγή έμπνευσης και ηθικό παράδειγμα για τους Έλληνες ακόμη και μετά τον θάνατό του (Εθνός, 2022).

## **2.4 Τα χαρακτηριστικά του Ταεκβοντό**

Το Ταεκβοντό είναι ένα μοναδικό άθλημα καθώς στο υπόβαθρο του αποτελεί μία πολεμική παραδοσιακή τέχνη. Ο δάσκαλος και ο μαθητής δημιουργούν μια αλληλένδετη και αμοιβαία σχέση μεταξύ τους. Ο δάσκαλος για τον ασκούμενο είναι ο καθοδηγητής της ζωής του. Είναι ο άνθρωπος που ορίζει τις αξίες, τις αρχές και τον τρόπο ζωής του ασκούμενο τόσο εντός όσο και εκτός σχολής.(García & Spencer, 2013). Μέσα από μια σωστή διδακτική-εκπαιδευτική διαδικασία, το Ταεκβοντό αναπτύσσει ένα αρμονικό, ισορροπημένο άτομο, καθώς η ανάπτυξη είναι σωματική («Tae» και «Kwon») και παράλληλα νοητική («Do»). Για όσους επιλέγουν το Ταεκβοντό, η επιμονή, η αυτοπειθαρχία και ο αυτοέλεγχος είναι τα κύρια πνευματικά οφέλη που προσφέρει το άθλημα. Οι ασκούμενοι μαθαίνουν πολλά για τον εαυτό τους, για τις δεξιότητές τους και για το πώς να συνδυάζουν σωματικές και ψυχικές πτυχές στην επίλυση όλων των προβλημάτων της καθημερινής ζωής. Επίσης, στο Ταεκβοντό η φιλοσοφία της εκπαίδευσης, απαιτεί από τους προπονητές να ενεργούν ως δάσκαλοι και ως ηθικοί σύμβουλοι για τον μαθητή. Σε μια σύγχρονη κοινωνία, η εκμάθηση επικίνδυνων τεχνικών μάχης δεν μπορεί να διαχωριστεί από τους κανόνες διδασκαλίας και τους ηθικούς κανόνες, που είναι πανταχού παρόντες στην πρακτική του Ταεκβοντό. Ο μαθητής οφείλει να αφοσιωθεί στη φιλοσοφία του αθλήματος και να την υπηρετεί και στη ζωή του έξω από το χώρο της σχολής. Επιπλέον, το Ταεκβοντό μεταδίδει στους ασκούμενους, κυρίως την επιθυμία για ειρήνη και προβάλλεται ως πολεμική τέχνη με σκοπό την άμυνα και την διατήρηση της ειρήνης. Συμπερασματικά, παρόλο που οι μαθητές μπορούν να χτίσουν σωματική δύναμη και δεξιότητες ικανές να βλάψουν, υπό την καθοδήγηση του δασκάλου Ταεκβοντό και μέσα από το φιλοσοφικό θεμέλιο του αθλήματος κάθε ολοκληρωμένος μαθητής μπορεί να θεωρηθεί πρεσβευτής της ειρήνης (Păunescu et al., 2014).



*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

Το Taekwondo ως μια παραδοσιακή πολεμική τέχνη απαιτεί έναν συνδυασμό ικανοτήτων από τον ασκούμενο. Η κύρια διαφορά του Ταεκβοντό που το διαφοροποιεί από άλλες πολεμικές τέχνες είναι ο πολύπλοκος συνδυασμός λακτισμάτων που διαθέτει. Ωστόσο, στο άθλημα δεν αρκεί να είσαι γρήγορος ή δυνατός στα λακτίσματα για να θεωρηθείς καλός αθλητής, διότι το Ταεκβοντό δεν είναι ένα μετρήσιμο άθλημα όπου η ταχύτητα, ο χρόνος, ή η αντοχή θα κρίνει τον νικητή. Συνεπώς, το άθλημα απαιτεί ένα συνδυασμό από σωματικές ικανότητες και δεξιότητες, όπου η ταχύτητα, η δύναμη, τα αντανεκλαστικά, η αντοχή, η ευλυγισία και η καλή αερόβια ικανότητα πρέπει να συνδυάζονται και να υπάρχουν αρμονικά στα χαρακτηριστικά του αθλητή. Επιπλέον κανένα από αυτά τα χαρακτηριστικά δεν έχει σημασία εάν ο ασκούμενος δεν εξασκεί τις ψυχολογικές του πτυχές. Το πνεύμα του αθλητή πρέπει να εξασκείται παράλληλα με το σώμα με σκοπό την βέλτιστη ισορροπία μεταξύ της ψυχικής και σωματικής κατάστασης του αθλητή ταεκβοντό. Πιο συγκεκριμένα, οι συναισθηματικοί, ψυχικοί και ψυχολογικοί παράγοντες που αλληλεπιδρούν στον αθλητή είναι η υπομονή, η επιμονή, το θάρρος, ο αυτοέλεγχος των θετικών και αρνητικών συναισθημάτων που βιώνει, η αντοχή στις δυσκολίες, η αντιμετώπιση της νίκης και της ήττας, καθώς και η αυτοπεποίθηση και η εμπιστοσύνη στον ίδιο του τον εαυτό. Όλα αυτά τα χαρακτηριστικά προάγουν τη φιλοσοφία του αθλήματος και είναι προϋπόθεση ενός καλού αθλητή και ενός ολοκληρωμένου μαθητή. Επομένως, το taekwondo διαφοροποιείται αρκετά από τα σύγχρονα αθλήματα καθώς δεν έχει έναν παράγοντα που ορίζει την επιτυχία αλλά μία ευρεία εμβέλεια δεξιοτήτων και ικανοτήτων, που απαιτούν τον συγχρονισμό πολλών παραγόντων. Όλες αυτές οι ιδιαίτερες συνθήκες τις οποίες απαιτεί το άθλημα το έχουν οδηγήσει σε μία σειρά από συγκεκριμένα χαρακτηριστικά. Για την καλύτερη κατανόηση του αθλήματος στη συνέχεια θα αναλυθούν τα γενικά χαρακτηριστικά του σύγχρονου αγωνιστικού taekwondo τα οποία είναι τα εξής (Hsiaoetal., 2010):

### ***Υψηλό ποσοστό τραυματισμών***

Το Taekwondo περιλαμβάνει σωματικές επιθέσεις σε έναν αντίπαλο ως μέσο για την επίτευξη της νίκης στον αγώνα. Η σύγκρουση με τον αντίπαλο είναι αναπόφευκτη, καθώς μέσω των χτυπημάτων επιτυγχάνονται οι πόντοι. Το πόδι και το κεφάλι είναι τα πιο συχνά

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

τραυματισμένα μέρη του σώματος (Sianaetal, Zemper & Pieter, 1986). Μετά από εκτεταμένες περιόδους προπόνησης, το ποσοστό τραυματισμού στο κεφάλι, τη μέση, τα γόνατα και τους αστραγάλους των αθλητών αυξάνεται σημαντικά, καθιστώντας τους αθλητές του ταεκβοντό ιδιαίτερα επιρρεπείς σε τραυματισμούς. Σε αυτό συμβάλλει η έντονη και σκληρή προπόνηση καθώς και η μεγάλη επιβάρυνση που δέχεται το σώμα του αθλητή. Πολλές φορές το σώμα του αθλητή εξαντλείται και ο ασκούμενος είναι πιο επιρρεπής σε ενδεχόμενες κακώσεις. Επιπρόσθετα μέσα από την σύγκρουση κατά τη διάρκεια της μάχης τόσο στην προπόνηση όσο και τους αγώνες ο αθλητής έρχεται αντιμέτωπος με τα χτυπήματα του αντιπάλου, τα οποία είναι ένας απρόβλεπτος παράγοντας τραυματισμού. Η σύγκρουση και το κυνήγι των πόντων ιδιαίτερα με λακτίσματα που στοχεύουν στο κεφάλι καθιστούν το αγωνιστικό ταεκβοντό ένα άθλημα με υψηλό κίνδυνο τραυματισμού. Αξίζει να αναφερθεί πως οι τραυματισμοί πολλές φορές μπορεί να αποβούν μοιραίοι για την αγωνιστική πορεία ενός αθλητή και να λήξουν την καριέρα του. Τέλος η δύναμη και η ρωγμή των λακτισμάτων στο κεφάλι, κυρίως των περιστροφικών κινήσεων μπορεί να οδηγήσουν σε συνθήκες νοκ-αουτ τον αντίπαλο, με επικίνδυνες συνέπειες για την υγεία του. Συνεπώς, ο ασκούμενος οφείλει να είναι κατάλληλα προετοιμασμένος τόσο σωματικά όσο και ψυχολογικά, προτού λάβει θέση στο αγωνιστικό τερέν ( Μπέης, 2015).

***Γρήγορος ρυθμός ανταγωνισμού***

Το 2005, ο χρόνος για κάθε γύρο του αγώνα ανδρών μειώθηκε από 3 σε 2 λεπτά, ενώ ο αγώνας γυναικών παρέμεινε ο ίδιος στα 2 λεπτά. Σε σύγκριση με το τζούντο, όπου οι γύροι ανδρών και γυναικών είναι 5 και 4 λεπτά αντίστοιχα, ο αγώνας ταεκβοντό έχει προφανώς σφιχτό και πιο γρήγορο ρυθμό. Η αλλαγή στον χρονική διάρκεια του αγώνα σε συνδυασμό με αλλαγές σε όλο το κανονιστικό πλαίσιο του αθλήματος, οι οποίες αναφέρονται σε επόμενο κεφάλαιο, βοήθησαν στο να γίνει το άθλημα πιο ανταγωνιστικό κρατώντας τους αθλητές και τους θεατές σε εγρήγορση. Η αλλαγή αυτή θεωρείται πως εξυπηρετεί την εμπορικότητα του αθλήματος, διότι έχει γίνει πιο ελκυστικό στους θεατές λόγω της ταχύτητας και της γρήγορης καταγραφής και εναλλαγής των πόντων .

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

### ***Βάση βαθμολόγησης: Επίπεδο δυσκολίας***

Το αγωνιστικό ταεκβοντό είναι ένα άθλημα πλήρους επαφής με ελεύθερους αγώνες, στο οποίο τα highscores ή τα knockouts καθορίζουν το νικητή. Οι χρυσοί Ολυμπιονίκες επισημαίνουν ότι, για να παρακινηθούν οι παίκτες να επιτεθούν, οι κινήσεις μεγαλύτερης δυσκολίας έχουν μεγαλύτερη αξία στην καταγραφή των πόντων. Δηλαδή, όσο δυσκολότερο είναι τεχνικά ένα χτύπημα τόσοι περισσότερους πόντους καταγράφει. Οι πόντοι βαθμολογούνται όταν γίνεται ένα λάκτισμα ή μια γροθιά σε μια νόμιμη περιοχή βαθμολόγησης, η οποία είναι πάνω από την μέση του αθλητή με εξαίρεση την πλάτη και τα χέρια. Συνεπώς οι νόμιμες περιοχές για την επίτευξη των πόντων θεωρούνται ο θώρακας και το κεφάλι του αντιπάλου.(Kob & Watkinson, 2002). Αντίστοιχα με το μέρος που επιτυγχάνεται το χτύπημα, ταξινομούνται και οι πόντοι που κερδίζει ο παίκτης. Για παράδειγμα, τα λακτίσματα στο κεφάλι λαμβάνουν τρεις πόντους, ενώ, όταν το λάκτισμα είναι περιστροφικό, λαμβάνουν έως και 4 πόντους. Αντίθετα, στο θώρακα καταγράφονται δύο πόντοι, ενώ για περιστροφικά λακτίσματα στον θώρακα καταγράφονται 3 πόντοι. Αξίζει να σημειωθεί πως το WTF απαγορεύει τις γροθιές στο κεφάλι του αντιπάλου, ενώ η νόμιμη γροθιά στον θώρακα χαρίζει 1 πόντο στον αγωνιζόμενο. Σύμφωνα με αυτούς τους κανόνες οι παίκτες προσπαθούν να εκτελέσουν επιθέσεις μεγαλύτερης δυσκολίας για να κερδίσουν περισσότερους πόντους. Τα δυσκολότερα λακτίσματα στο ταεκβοντό είναι τα περιστροφικά στο κεφάλι, τα οποία προϋποθέτουν άριστη φυσική κατάσταση, εκρηκτικότητα, δύναμη και σωστή τεχνική. Αν ένα περιστροφικό λάκτισμα χρησιμοποιηθεί από τον παίκτη πληρώντας όλες τις προϋποθέσεις και βρει στόχο στο κεφάλι του αντιπάλου, εκτός από τους πολύ σημαντικούς 4 βαθμούς μπορεί να οδηγήσει σε νοκ-αουτ τον αντίπαλο, χαρίζοντάς στον αθλητή που εκτέλεσε το χτύπημα τη νίκη (Μπέης, 2015).

### ***Η σύντομη ανταγωνιστική ζωή παικτών παγκόσμιας κλάσης***

Η προπόνηση των αθλητών ταεκβοντό δεν είναι εύκολη. Οι αθλητές πρέπει να προπονούνται από νεαρή ηλικία 7-11 ετών, φτάνοντας στο αποκορύφωμά τους σε φυσική ικανότητα και τεχνικές δεξιότητες ταυτόχρονα, που είναι συνήθως η ηλικία μεταξύ 18 και 28 ετών (Tasi, 2000). Ο τραυματισμός που σχετίζεται με τον αθλητισμό είναι αναπόφευκτος και επομένως είναι απαραίτητο να ληφθούν προφυλάξεις, προκειμένου να μη μειωθεί η

### *Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

αγωνιστική ζωή των αθλητών ή μην τερματιστεί σε ακραίες περιπτώσεις. Λόγω της φύσης του αθλήματος που επιβάλλει τη σύγκρουση με τον αντίπαλο, ο τραυματισμός σε κάθε αθλητή κατά τη διάρκεια της πορείας του θεωρείται δεδομένος. Ωστόσο, η καλή φυσική κατάσταση και η άριστη τεχνική των χτυπημάτων, συμβάλλουν στο να μειωθεί ο κίνδυνος ενός σοβαρού τραυματισμού. Αξίζει να αναφερθεί πως οι περισσότεροι αθλητές που αποχώρησαν από το άθλημα λόγω κακώσεων, δεν τραυματίστηκαν σε αγωνιστικές συνθήκες, αλλά στην προπόνηση. Οι νέοι προπονητές οφείλουν να είναι άρτια εκπαιδευμένοι ώστε, να μην τραυματίζουν τους αθλητές του λόγω της υπερβολικής προπόνησης. Τέλος, στη σύντομη πορεία των αθλητών συμβάλλουν και ψυχολογικοί παράγοντες, διότι το άθλημα απαιτεί ολοκληρωτική προσήλωση των αθλητών, αμέτρητες ώρες βίαιης και σκληρής προπόνησής καθώς και ένα ιδιαίτερα απαιτητικό διατροφικό στυλ λόγω των κατηγοριών βάρους που έχει το άθλημα.

### ***Το πλεονέκτημα των ψηλών και λεπτών αθλητών***

Σε οποιαδήποτε συγκεκριμένη κατηγορία βάρους οι αθλητές με μακρύτερα άκρα έχουν ένα φυσικό πλεονέκτημα, επειδή η μεγαλύτερη εμβέλειά τους τους δίνει τη δυνατότητα να προσγειώνουν αποτελεσματικές επιθέσεις πιο γρήγορα. Ως εκ τούτου, τα φυσικά χαρακτηριστικά του σώματος ενός αθλητή είναι απαραίτητα για την επιτυχία του. Ωστόσο, δεν σημαίνει πως κάθε λεπτός ή ψηλός αθλητής, θα πάρει τη νίκη, αλλά σαφώς έχει ένα σωματικό πλεονέκτημα έναντι του αντιπάλου του. Ιδίως μετά την αλλαγή της βαθμολόγησης που χαρίζει έως και 4 πόντους σε λακτίσματα στο κεφάλι, τα οποία φυσικά επιτυγχάνονται ευκολότερα από έναν ψηλό παίκτη, ενώ παράλληλα δυσκολεύουν τον αντίπαλο να επιτύχει χτύπημα στο κεφάλι λόγω της διαφοράς ύψους.

### ***Ψυχολογική καθοδήγηση πριν από τον αγώνα***

Η ψυχολογική καθοδήγηση πριν από τον αγώνα σταθεροποιεί τη ψυχική κατάσταση του παίκτη taekwondo, επιτρέποντας στους παίκτες να αξιοποιήσουν πλήρως τις δυνατότητές τους στο τερν. Είναι μια μέθοδος διαχείρισης της πίεσης που ασκείται στους αθλητές από τους ίδιους τους προπονητές τους και το πλήθος και αποτελεί τη βάση για την επιτυχία των αθλητών (Lin, 2002). Φυσικά, για να μπορέσει ο αθλητής να έχει καλή ψυχολογία πριν και κατά τη διάρκεια του αγώνα θα πρέπει να έχει εξασκηθεί στη διαχείριση των συναισθημάτων

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

καθ' όλη την προαγωνιστική περίοδο. Σε αυτό το χαρακτηριστικό συμβάλλουν εξ ολοκλήρου οι αξίες που πρεσβεύει το ίδιο το άθλημα, όπως είναι η αυτοεκτίμηση, ο αυτοέλεγχος, η ηρεμία και η αρμονία του σώματος με το πνεύμα.

## **2.5 Το κανονιστικό πλαίσιο στο Ταεκβοντό**

Το 1974 πραγματοποιήθηκε το πρώτο σεμινάριο διαιτησίας Ταεκβοντό. Από τότε το κανονιστικό πλαίσιο το αθλήματος έχει τροποποιηθεί περισσότερες από 15 φορές με σκοπό τη βελτιστοποίησή του. Οι αλλαγές προκύπτουν σύμφωνα με τις ανάγκες των Ολυμπιακών Αγώνων εξυπηρετώντας το θέαμα, χωρίς ωστόσο να αλλάζουν τη φύση του αθλήματος. Ίσως η σημαντικότερη αλλαγή στο κανονιστικό πλαίσιο του Ταεκβοντό να είναι η απόφαση του 2010, ώστε το επιτυχημένο περιστροφικό λάκτισμα να καταγράφει 4 πόντους υπέρ του αθλητή. Το αγώνισμα μέσω των τροποποιήσεων στους κανόνες του την τελευταία δεκαετία έχει γίνει πιο ελκυστικό για τους θεατές, καθώς είναι πιο εύκολη μία ανατροπή στο σκορ με μόλις ένα χτύπημα. Το σύγχρονο ταεκβοντό κρατά το θεατή σε εγρήγορση, διότι η νίκη δεν είναι ποτέ σίγουρη και με ένα νοκ-άουτ χτύπημα ή μία σειρά από επιτυχημένους πόντους μπορεί εύκολα να ανατραπεί ο νικητής. Επιπρόσθετα, στην Ελλάδα από το 2014 υπάρχει ένα ολοκληρωμένο ηλεκτρονικό σύστημα καταγραφής πόντων με αισθητήρες στο θώρακα και στην κάσκα. Με πιο απλά λόγια οι ηλεκτρονικοί θώρακες και οι ηλεκτρονικές κάσκες, έχουν συμβάλει στο να γίνει ο αγώνας πιο καθαρός και δίκαιος, χωρίς να εμπλέκεται ο διαιτητής στην καταγραφή των πόντων. Οι αισθητήρες σύμφωνα με την καλή επαφή του πέλματος με το θώρακα ή την κάσκα είναι αυτοί που αποφασίζουν αν ο πόντος είναι έγκυρος. Εν συνεχεία θα αναλυθεί το ισχύον κανονιστικό πλαίσιο των αγώνων στο ταεκβοντό (Ενωση Ταεκβοντό Βορείου Ελλάδος, 2017).

### ***Κατηγορίες βάρους στους αγώνες***

Οι αθλητές και οι αθλήτριες στο Ταεκβοντό αγωνίζονται σε κατηγορίες που χωρίζονται σύμφωνα με το φύλο και το σωματικό τους βάρος. Ζυγίζονται συνήθως την προηγούμενη

### *Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

ημέρα από την επίσημη έναρξη των αγώνων. Στους πρώτους αγώνες που πραγματοποιήθηκαν στην ιστορία του Ταεκβοντό υπήρχαν 8 κατηγορίες σε κάθε φύλο, ενώ αργότερα αυξήθηκαν στις 10. Ωστόσο, για τους ολυμπιακούς αγώνες ισχύουν μόνο 4 κατηγορίες για τις γυναίκες και 4 για τους άντρες. Πιο συγκεκριμένα οι ολυμπιακές κατηγορίες είναι: α) μύγας, όπου για τις γυναίκες είναι έως 49 και έως 58 για τους άντρες, β) ελαφρών βαρών, από 49-57 και 58-68 για τις γυναίκες και τους άντρες αντίστοιχα, γ) μεσαίων βαρών, όπου είναι 57-67 κιλά για τις γυναίκες και 68-80 κιλά για τους άντρες και δ) η κατηγορία βαρέων βαρών, που έχει ελάχιστο όριο τα 67 κιλά στις γυναίκες και τα 80 κιλά στους άντρες, ενώ η κατηγορία δεν έχει μέγιστο σωματικό βάρος. Ο τρόπος με τον οποίο είναι χωρισμένες οι κατηγορίες προσπαθεί να μειώσει το φυσικό προβάδισμα που έχουν κάποιοι αθλητές λόγω της σωματικής τους διάπλασης. Ωστόσο, το όριο των κατηγοριών επιβάλλει στους αθλητές πολύ απαιτητικές διατροφικές συνήθειες, ενώ πολλοί καταφεύγουν σε εξαντλητικές δίαιτες (Ένωση Ταεκβοντό Βορείου Ελλάδος, 2017).

### ***Διάρκεια αγώνων***

Οι αγώνες πλέον πραγματοποιούνται σε τρεις γύρους με διάρκεια δύο λεπτά ο καθένας. Ωστόσο, είναι ένας κανόνας που άλλαξε τα τελευταία χρόνια καθώς η διάρκεια των γύρων ήταν τρία λεπτά. Ανάμεσα σε κάθε γύρο επιβάλλεται διάλειμμα ενός λεπτού. Η αλλαγή αυτή συμβάλλει στο να γίνει ο αγώνας πιο ελκυστικός για τους θεατές. Οι παίκτες λόγω της μειωμένης διάρκειας των αγώνων έχουν περισσότερη αντοχή. Ως συνέπεια δεν χρειάζεται οι παίκτες να κρατήσουν δυνάμεις και οι αγώνες γίνονται πιο ανταγωνιστικοί με περισσότερα χτυπήματα. Οι παίκτες και οι θεατές βρίσκονται συνεχώς σε εγρήγορση για μία πιθανή σύγκρουση (Ένωση Ταεκβοντό Βορείου Ελλάδος, 2017).

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

### **Αγωνιστικός χώρος**

Ο αγωνιστικός χώρος στο ταεκβοντό αποτελείται από το τερέν, του οποίου οι διαστάσεις είναι 12 επί 12 μέτρα. Ωστόσο, στο εσωτερικό υπάρχει ένα όριο 8 επί 8 μέτρα, το οποίο θεωρείται το επιτρεπτό όριο που μπορούν να αγωνιστούν οι παίκτες. Το τερέν δηλαδή αποτελείται από δύο χρώματα, μπλε και κόκκινο, ώστε να γίνεται ορατό το όριο των 64τ.μ που επιτρέπεται να κινούνται οι παίκτες (Ενωση Ταεκβοντό Βορείου Ελλάδος, 2017).

### **Έγκυροι βαθμοί**

Για να καταγραφεί βαθμός από χτύπημα στο ταεκβοντό, θα πρέπει να πληροί συγκεκριμένες προϋποθέσεις. Στο ταεκβοντό απαγορεύονται τα χτυπήματα κάτω από τη μέση και καταγράφονται ως αντικανονικά. Αντίθετα, επιτρέπονται τα χτυπήματα στο μπροστινό μέρος του σώματος και στα πλευρά, δηλαδή στο μέρος που καλύπτεται από τον ηλεκτρονικό θώρακα. Στον ηλεκτρονικό θώρακα επιτρέπονται οι γροθιές και τα λακτίσματα. Αξίζει να αναφερθεί πως το νόμιμο λάκτισμα θεωρείται αυτό που χρησιμοποιεί το μέρος του ποδιού κάτω από τον αστράγαλο, δηλαδή το πέλμα, τον ταρσό και την πτέρνα. Οποιοδήποτε άλλο μέρος του ποδιού χρησιμοποιηθεί, όπως για παράδειγμα το γόνατο ή η κνήμη θεωρούνται αντικανονικά χτυπήματα. Επιπρόσθετα, στην ηλεκτρονική κάσκα επιτρέπονται τα ίδια λακτίσματα με το θώρακα, ενώ απαγορεύονται οι γροθιές. Η απαγόρευση της γροθιάς στην κάσκα είναι μία από τις βασικές αρχές που διαφοροποιούν τα δύο στυλ του Taekwondo, ITF και WTF. Συνεπώς, σύμφωνα με το κανονιστικό πλαίσιο έχει διαμορφωθεί η διακύμανση της βαθμολογίας. Η γροθιά στο θώρακα χαρίζει έναν πόντο στον αγωνιζόμενο, τα λακτίσματα στο θώρακα δύο πόντους, τα περιστροφικά λακτίσματα στο θώρακα και τα λακτίσματα στο κεφάλι τρεις πόντους και τέλος τα περιστροφικά λακτίσματα στο κεφάλι προσφέρουν τέσσερις πόντους στον αγωνιζόμενο. Σημειώνεται ότι μόνο ο πόντος από τη γροθιά μπορεί να καταλογιστεί από τους κριτές, ενώ οι υπόλοιποι πόντοι αποκτώνται από έγκυρα χτυπήματα στο θώρακα και στο κεφάλι με το ηλεκτρονικό σύστημα. (Ενωση Ταεκβοντό Βορείου Ελλάδος, 2017).



*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

### **Ποινές**

Οι ποινές στο ταεκβοντό δίνονται από τον διαιτητή του αγώνα, ο οποίος κρίνει την παράβαση, και ως συνέπεια αφαιρεί μισό ή έναν πόντο από το γενικό σκορ του αθλητή. Υπάρχει ένας κατάλογος με περισσότερες από 20 παραβάσεις στο Τάεκβοντο. Ως παράδειγμα, θα αναφερθεί το παθητικό παιχνίδι, όπου ο αθλητής αποφεύγει τον αντίπαλο και κατ' επέκταση τη συμπλοκή στον αγώνα και τιμωρείται με αφαίρεση μισού βαθμού. Αντίθετα, πιο ακραίες συμπεριφορές όπως, αντικανονικά χτυπήματα ή υβριστικά σχόλια τιμωρούνται με αφαίρεση 1 πόντου. Οι πόντοι από ποινές αντιπάλου καταλογίζονται από τον κεντρικό διαιτητή μετά από αντικανονικές ενέργειες οι οποίες διατυπώνονται στο εγχειρίδιο των Κανονισμών της WTF. Να σημειωθεί πως σε περίπτωση που ο αγώνας λήξει και ο αθλητής έχει χάσει για παράδειγμα 1,5 πόντος, ο μισός πόντος διαγράφεται καθώς το σκορ στο Ταεκβοντό δεν μπορεί να είναι δεκαδικό. Αξίζει να αναφερθεί πως αν σε έναν αθλητή αφαιρεθούν συνολικά 4 βαθμοί, ο διαιτητής αυτόματα λήγει το παιχνίδι και ο αθλητής χάνει τον αγώνα ανεξάρτητα από το γενικό σκορ (Ένωση Ταεκβοντό Βορείου Ελλάδος, 2017).

### **Ανάδειξη νικητή**

Υπάρχουν νόμιμοι τρόποι να αναδειχθεί νικητής ένας παίκτης στο Ταεκβοντό. Ο πρώτος και προφανής τρόπος είναι η υπεροχή του ενός αθλητή έναντι του άλλου, δηλαδή όταν λήξει ο χρόνος κερδίζει ο αθλητής που προηγείται στο σκορ. Σε περίπτωση ισοπαλίας ο διαιτητής αναγγέλλει τον “χρυσό γύρο” στον οποίο, όποιος αθλητής πάρει πρώτος πόντο κερδίζει τον αγώνα. Δεύτερος τρόπος ανάδειξης ενός νικητή είναι το Νοκ-Αουτ. Σε αυτήν την περίπτωση στοχεύουν κατά κόρον οι αθλητές, με σκοπό να κλέψουν τη νίκη από ένα δυνατό αντίπαλο ή να τελειώσουν πρόωρα και θεαματικά τον αγώνα. Όταν ένας αθλητής δεχθεί ένα νόμιμο χτύπημα, το οποίο συνήθως βρίσκει ως τελικό στόχο το κεφάλι του αντιπάλου και ο διαιτητής κρίνει πως ο αθλητής χάνει τις αισθήσεις του, ξεκινά μία αντίστροφη μέτρηση δέκα δευτερολέπτων κατά την οποία ο αθλητής που δέχθηκε το χτύπημα για να συνεχίσει πρέπει να σταθεί όρθιος σε θέση μάχης. Αν ο αθλητής που δέχθηκε το χτύπημα δεν καταφέρει με την ολοκλήρωση της αντίστροφης μέτρησης από το διαιτητή να λάβει θέση μάχης, λήγει ο



*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

αγώνας υπέρ του επιτιθέμενου. Τρίτος τρόπος ανάδειξης νικητή είναι με απόφαση του διαιτητή ή του ιατρού του αγώνα, εφόσον κρίνουν πως ο αθλητής για λόγους υγείας, όπως για παράδειγμα λόγω τραυματισμού αδυνατεί να συνεχίσει τον αγώνα. Τέταρτος τρόπος είναι η αποχώρηση του ενός από τους δύο αθλητές από τον αγώνα και αυτόματα αναδεικνύεται νικητής ο αντίπαλος αθλητής ακόμα και αν υπολείπεται στο γενικό σκορ. Πέμπτος τρόπος είναι ο αποκλεισμός ενός αντιπάλου σε περίπτωση που δεν εμφανιστεί εγκαίρως στο αγωνιστικό τερέν. Τέλος, ως έκτος τρόπος είναι η νίκη με ντισκαλιφιέ, κατά την οποία ένας από τους δύο αθλητές χρεώνεται από τον διαιτητή συνολικά αφαιρετικές ποινές τεσσάρων πόντων στον αγώνα (Ένωση Ταεκβοντό Βορείου Ελλάδος, 2017).

## **Κεφάλαιο 3<sup>ο</sup>**

### **3.1 Παράγοντες ενασχόλησης και απόσυρσης από το Ταεκβοντό**

«Πες μου ποιο άθλημα σου αρέσει να σου πω ποιος είσαι!». Ο Pierre Bourdieu θεωρεί πως το άθλημα που επιλέγει κάθε αθλητής μόνο τυχαία επιλογή δεν είναι. Ο Γάλλος κοινωνιολόγος θεωρεί πως υπάρχει μία σειρά από καθοριστικούς παράγοντες που κατευθύνουν τον αθλητή.

Οι επιστημονικές αναφορές του Taekwondo επικεντρώνονται κυρίως στην αθλητική διάσταση και σε όλα όσα επηρεάζουν την έκβαση αυτού του ανταγωνιστικού αθλήματος (Capranicaetal. 2010). Σύμφωνα με τους Stefaneck (2004) και Wasik (2014), οι ερευνητικές μελέτες που καλύπτουν και αντικατοπτρίζουν τα κίνητρα συμμετοχής στο ταεκβοντό εξακολουθούν να είναι αρκετά περιορισμένες. Στο Taekwondo όπως και σε κάθε άθλημα τα κίνητρα παρακίνησης ενός αθλητή χωρίζονται σε εσωτερικά και εξωτερικά. Πιο συγκεκριμένα τα εσωτερικά κίνητρα αφορούν την ικανοποίηση των προσωπικών αναγκών του αθλητή μέσα από την επίτευξη των εσωτερικών στόχων του. Η αίσθηση της αυτονομίας και της εκπλήρωσης των επιθυμιών του αθλητή μέσα από την αλληλεπίδρασή του με το άθλημα είναι ισχυρά κίνητρα για τους ασκούμενους στο Ταεκβοντό. Αυτό συμβαίνει διότι οτιδήποτε προέρχεται από τον ίδιο τον εαυτό του αθλητή είναι ισχυρότερο από εξωτερικούς παράγοντες. Οι αθλητές του Ταεκβοντό, μέσω της φιλοσοφίας του αθλήματος και του τρόπου ζωής που προσβέυει, νιώθουν πως μπορούν να ελέγξουν όσα συμβαίνουν γύρω τους. Επιπρόσθετα, λόγω της ιδιαιτερότητας του αθλήματος, δηλαδή του βίαιου στοιχείου, κανένας ασκούμενος δεν μπορεί να αντέξει στον χώρο του αθλήματος αν παρακινείται μόνο από εξωτερικούς παράγοντες κι όχι από τον ίδιο τον εαυτό. Τα εξωτερικά κίνητρα σχετίζονται κυρίως με τη φήμη, τον πλούτο, τη δύναμη και την προβολή στους άλλους. Οι αθλητές του Ταεκβοντό διδάσκονται από το ίδιο το άθλημα, πως τα εξωτερικά κίνητρα είναι τόσο για το άθλημα όσο και για την ζωή τους υποδεέστερα. Στα χαρακτηριστικά των αθλητών του Ταεκβοντό δεν ταιριάζει το προφίλ ενός ανθρώπου που παρακινείται από την κοινωνία. Είναι εξαίρεση οι περιπτώσεις αθλητών που επιλέγουν το συγκεκριμένο για

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

κοινωνική καταξίωση. Ωστόσο, αξίζει να αναφερθεί πως το μεγαλύτερο μέρος των αθλητών που εμπλέκονται με το Ταεκβοντό, στην πρώτη τους επαφή με το άθλημα παρακινήθηκαν από εξωτερικούς παράγοντες όπως οικογένεια, φίλοι και πρότυπα αθλητών. Στον αντίποδα, σύμφωνα με τη βιβλιογραφία τα κίνητρα συνέχισης ενασχόλησης με το άθλημα και οι λόγοι μη απόσυρσης βρίσκονται σε εσωτερικούς παράγοντες (Cox, 2011).

Σε γενικές γραμμές, ο σκοπός ή οι λόγοι συμμετοχής σε πρακτικές και αγώνες ταεκβοντό είναι: «αυτοάμυνα», «εκπαίδευση», «απόλαυση» και «σωματική υγεία». Οι δύο τελευταίοι λόγοι είναι παρόμοιοι με την ψυχαγωγική δραστηριότητα της κυρίαρχης δυτικής κοινωνίας (Devine & Lepisto, 2005). Μελέτες για πρακτικές και αγώνες ταεκβοντό διαπίστωσαν ότι μόνο το 20% των ενηλίκων ενδιαφέρθηκε να παρακολουθήσει αγώνες ταεκβοντό, ενώ έως και το 60% των νέων απολαμβάνουν να συμμετέχουν τόσο στις πρακτικές όσο και στους αγώνες (Hartl, Faber & Bögle, 1989). Ο αθλητικός ανταγωνισμός είναι κάτι ελκυστικό για τους νέους αλλά και για διάφορους διοργανωτές αθλημάτων. Επιπλέον, σύμφωνα με τον δημιουργό του taekwondo Choi, Hong Hi, το taekwondo είναι απλώς μια κορεάτικη παραλλαγή του καράτε, η οποία επιβεβαιώνεται από ιστορικούς πολεμικών τεχνών (Madis, 2003). Ως εκ τούτου, τα κίνητρα για συμμετοχή στις δραστηριότητες του ταεκβοντό είναι πολύ παρόμοια με αυτά που βρέθηκαν στις μελέτες κινήτρων μεταξύ των αθλητών καράτε.

Σύμφωνα με ερευνητές και μελετητές των πολεμικών τεχνών, υπήρχε ένα σύνολο ηθικών και χρηστικών αξιών που διαμόρφωσαν την ιδιαιτερότητα των πολεμικών τεχνών (Witkowski, Cynarski & Blazejewski, 2013). Χάρη σ' αυτές τις αξίες οι πολεμικές τέχνες αναπτύσσουν τον «καλό άνθρωπο» (Cynarski, Obodynski & Zeng, 2012). Αυτή η ιδέα είναι επίσης κατάλληλη σε «προσωπικά μοντέλα» (Kim, 2010). Αυτές οι μοναδικές αξίες επηρέασαν το κίνητρο της εξάσκησης διαφορετικών ποικιλιών πολεμικών τεχνών και μαχητικών αθλημάτων (Jones, Mackay & Peters, 2006). Το ίδιο συμβαίνει και στο άθλημα του taekwondo, αφού ανήκει στον κλάδο των πολεμικών τεχνών (Stefanek, 2004).

Συγκεκριμένα, οι Cynarski (2012) και Litwiniuk & Cynarski (2001) ανέφεραν ότι οι παράγοντες που παρακινούν τους νέους να λάβουν μέρος σε πρακτικές πολεμικών τεχνών είναι τόσο συνειδητοί όσο και ασυνείδητοι. Οι συνειδητοί αφορούν την επιθυμία να βελτιώσουν τη φυσική τους κατάσταση, να αποκτήσουν μαχητικές δεξιότητες, να

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

αποκτήσουν μια αίσθηση ασφάλειας, να γνωρίσουν ενδιαφέροντες ανθρώπους και να ανταγωνιστούν στον αθλητισμό. Ενώ, το ασυνείδητο περιλαμβάνει την επιρροή μιας φιγούρας ήρωα, τις ανάγκες προσωπικής ασφάλειας, την αποδοχή από την ομάδα ή την κοινότητα των πολεμικών τεχνών και την απόδειξη της αυτοαντίληψης ή της αυτοενθάρρυνσης του «μπορώ». Ένα εκφραστικό παράδειγμα σχετικά με τη μελέτη κινήτρων των μαθητών πολεμικών τεχνών στις ΗΠΑ θα πρέπει είναι η μελέτη των Twemlow, Lerma και Twemlow (1996). Η μελέτη τους προσδιόρισε τους αρχικούς λόγους για τους οποίους οι μαθητές συμμετείχαν σε πρακτικές και αγώνες πολεμικών τεχνών. Τα ευρήματα περιελάμβαναν ένα ποσοστό πάνω από το 90% των συμμετεχόντων να αναφέρει ότι η αυτοάμυνα ήταν ο κύριος λόγος για την ενασχόλησή τους με πρακτικές πολεμικών τεχνών και ανταγωνισμό. Εκτός από αυτό, οι ερευνητές υποστηρίζουν ότι υπάρχουν πιο ουσιαστικοί λόγοι για εκείνους τους συμμετέχοντες που εμπλέκονται συνεχώς σε πρακτικές και διαγωνισμούς. Οι ερευνητές ονόμασαν αυτούς τους βασικούς λόγους ως «λεπτά ψυχολογικά κίνητρα» που είναι η επιθυμία ενός ατόμου για δύναμη και σχεδόν εξωπραγματικές ικανότητες (Twemlow, Lerma & Twemlow, 1996). Αυτοί οι ερευνητές συνόψισαν ότι η αυτοπειθαρχία, η αυτοάμυνα, η διέξοδος για επιθετικότητα, η σωματική άσκηση, η κοινωνική υποστήριξη, η ανάπτυξη της αυτοεκτίμησης, η αυτοπεποίθηση, η δύναμη και η κυριαρχία των δεξιοτήτων είναι οι λόγοι ή οι παράγοντες για τους οποίους συμμετέχουν οι μαθητές πολεμικών τεχνών και ασχολούνται συνεχώς με πολεμικές τέχνες. Ως εκ τούτου, πρότειναν ότι οι πολεμικοί σύλλογοι/σχολές θα πρέπει να καλύπτουν εκείνες τις μη δηλωμένες ανάγκες που μπορεί να αναγκάσουν πολλούς μαθητές να εγκαταλείψουν, όταν δεν ικανοποιούνται οι ανάγκες τους (Vertonghen & Theeboom, 2010). Για να επιτευχθούν αυτές οι ανάγκες, οι δάσκαλοι/προπονητές πρέπει να αναπτύξουν ικανότητες για να μεταμορφώσουν τις ανάγκες του αθλητή ή του μαθητή τους σε δύναμη και σπουδαίες ικανότητες, διευρύνοντας τις νοητικές και σωματικές τους δεξιότητες καθώς και την αυτο-ανάπτυξή τους. Λόγω των ευρημάτων και των οφελών του ασκούμενου από τις πολεμικές τέχνες, οι μελέτες κινήτρων των πολεμικών τεχνών αντιμετωπίζονται συχνά ως δραστηριότητες υγείας και φυσικής κατάστασης ( Zeng, Cynarski & Xie, 2013).

Ο Kusnierz (2011) στη μελέτη του για τα κίνητρα πολεμικών τεχνών συνόψισε ότι το βασικό κίνητρο για την ενασχόληση με την προπόνηση ήταν να κατακτήσεις τον τρόπο ζωής

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

και τις δεξιότητες μάχης σώμα με σώμα και αυτοάμυνας. Η εκπαίδευση στις πολεμικές τέχνες αύξησε την πειθαρχία των συμμετεχόντων και το επίπεδο φυσικής κατάστασης και υγείας. Από την άλλη, ο Reis (2005) δήλωσε ακόμα ότι η συμμετοχή σε πρακτικές πολεμικών τεχνών μπορεί επίσης να βελτιώσει την ευημερία μιας κοινωνίας. Για πολλούς ανθρώπους η κοινωνική πτυχή των πολεμικών τεχνών είναι επίσης ένας σημαντικός λόγος για τη συμμετοχή τους, ωστόσο εντοπίζεται κυρίως σε αθλητές της χώρας προέλευσης του αθλήματος. Για παράδειγμα τα κοινωνικά οφέλη ενός Κορεάτη αθλητή έχουν μεγαλύτερη βαρύτητα λόγω της σημαντικότητας του αθλήματος για τη χώρα του σε σύγκριση με έναν αθλητή Ταεκβοντό της Ελλάδας. Στην Κορέα όταν ένας αθλητής λάβει μετάλλιο σε Ολυμπιακούς Αγώνες ή σε παγκόσμια διοργάνωση τιμάται ως ήρωας και εκτός από τον ίδιο η χώρα τιμά και ολόκληρη την οικογένειά του για το κατόρθωμα του αθλητή, ενώ σε περίπτωση ήττας ντροπιάζεται ο ίδιος και η οικογένειά του. Σύμφωνα με τον Bourdieu η έννοια της έξης είναι αυτή που καθορίζει σε ποιο πεδίο θα αγωνιστεί ένας αθλητής για να πετύχει κοινωνική άνοδο. Για τους Κορεάτες αθλητές το πεδίο του Ταεκβοντό είναι ένα μέσο κοινωνικής επιτυχίας και ανόδου, συνεπώς ο εξωτερικός αυτός παράγοντας έχει μεγάλη σημασία για τους αθλητές της κορεατικής κοινωνίας. Συνοπτικά, η επιτυχία στο άθλημα αυξάνει το ειδολογικό κεφάλαιο του αθλητή, που μεταφράζεται ως ένα σημαντικό κίνητρο ενασχόλησης με το Ταεκβοντό. Αντιθέτως, στην περίπτωση του Έλληνα αθλητή η χώρα του δεν έχει παράδοση στο Ταεκβοντό και το άθλημα παραμένει άγνωστο σε μεγάλο μέρος του πληθυσμού, συνεπώς τα κοινωνικά οφέλη για τον ίδιο είναι υποδεέστερα σε σύγκριση με του Κορεάτη αθλητή. Γίνεται εύκολα αντιληπτό, πως οι λόγοι ενασχόλησης με το άθλημα μπορεί να διαφέρουν σημαντικά, ανάλογα με την κοινωνία που μελετάται.

Σε ένα γενικότερο πλαίσιο είναι γεγονός πως οι κοινωνικές δεξιότητες συμβάλλουν στην καλή λειτουργία του ατόμου στο κοινωνικό περιβάλλον. Όχι μόνο κατά τη συνεργασία των ανθρώπων αλλά και κατά τη διάρκεια της αντιπαλότητας. Η άσκηση του αθλητισμού έχει θετικό αντίκτυπο στην ποιότητα της ζωής των ανθρώπων (Brodani & Ziskova 2015). Η εκπαίδευση Taekwondo παρέχει εμπειρίες που διαμορφώνουν τον χαρακτήρα του ασκούμενου (Wasik, 2014). Η έρευνα δείχνει μεταξύ άλλων ότι αφορά δεξιότητες που σχετίζονται με την αντιμετώπιση της απογοήτευσης και τα συναισθήματα που συνδέονται με το θυμό (Wasiketal, 2015). Οι κοινωνικές δεξιότητες επηρεάζονται από τακτικές και

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

επαναλαμβανόμενες εμπειρίες, ενώ παράλληλα αφορούν ιδιαίτερα την περίοδο της παιδικής ηλικίας και της εφηβείας (Aronsonetal. 2012). Για έναν εμπλεκόμενο έμπειρο αθλητή, η ομάδα που εξασκείται στο taekwondo σχηματίζει την «κοινωνική ομάδα αναφοράς», (την έννοια της κοινωνικής ψυχολογίας), που ταυτίζεται και θέλει να τηρεί τους κανόνες της. Οι μέθοδοι λειτουργίας μιας τέτοιας ομάδας καθορίζονται από το δάσκαλο με βάση την εξουσία και τις επίσημες εντολές του. Το να ανήκεις στην ομάδα συμβάλλει στην ανάπτυξη δεξιοτήτων και ικανοτήτων, αλλά και στην οικοδόμηση της αυτοαξιολόγησης και της αυτοεκτίμησης, που βασίζεται κυρίως στην ανατροφοδότηση (Twemlow και Lerma 1996). Η αίσθηση του «ανήκειν» είναι σημαντική για κάθε άνθρωπο και βοηθά στην βελτίωση της υγείας καθώς και στο αίσθημα ευτυχίας του. Στο Ταεκβοντό ο ασκούμενος είναι μέλος μίας ομάδας με τις ίδιες απόψεις και την ίδια στάση ζωής, ενώ παράλληλα δέχεται την αποδοχή των ομοίων του. Η σχολή για τον αθλητή είναι ένα καταφύγιο και μία διέξοδος από τις δύσκολες καταστάσεις που βιώνει στην καθημερινότητα.

Διαπιστώθηκε ότι το αίσθημα της αυτοεκτίμησης και της αυτοαξιολόγησης των ικανοτήτων συνδέεται άμεσα με τον χρόνο που αφιερώνεται στην εκπαίδευση των πολεμικών τεχνών (Richman & Rehberg 1986). Ενδιαφέρον προκαλεί πως η αύξηση της αυτοεκτίμησης και των ικανοτήτων δεν συνδέεται με την έπαρση και την αύξηση του «εγώ» του μαθητή Ταεκβοντό, αντιθέτως ο ασκούμενος χαρακτηρίζεται από αίσθημα μετριοφροσύνης (King & Williams 1997) Μια ολοκληρωμένη ομάδα taekwondo, λόγω των πολυάριθμων αλληλεπιδράσεων των ασκούμενων, χαρακτηρίζεται από υψηλή δυναμική, η οποία είναι συνδεδεμένη αφενός με τη συνεργασία και αφετέρου με την ανταγωνιστικότητα. Η συνεργασία ρυθμίζει την ποιότητα των ανθρώπινων σχέσεων και διευκολύνει την επίλυση προβλημάτων. Η ανταγωνιστικότητα δημιουργεί υψηλότερο επίπεδο εκτελεστικών δυνατοτήτων (Wasik & Shan 2014). Μια τέτοια σύνδεση δημιουργεί πολλές καταστάσεις, στις οποίες ο ασκούμενος μαθαίνει πώς να χτίζει τα όρια και να παρουσιάζει τις δικές του δεξιότητες μπροστά στο κοινό. Συνεπώς, ο μαθητής μέσα από το Taekwondo πλάθει την προσωπικότητα και το χαρακτήρα του (Vit & Rosa, 2012). Σύμφωνα με τη θεωρία του Mauss οι άνθρωποι δεν έχουν ένα φυσικό τρόπο κίνησης ή συμπεριφοράς και τα χαρακτηριστικά τους δεν είναι έμφυτα αλλά αποτέλεσμα εκπαίδευσης· οι άνθρωποι μιμούνται πετυχημένους ανθρώπους με κύρος. Στο Ταεκβοντό ο δάσκαλος και οι μαθητές μαύρης ζώνης αποτελούν για τους ασκούμενους το πρότυπο

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

σύμφωνα με το οποίο διαμορφώνουν τις απόψεις και τον τρόπο ζωής τους. Πιο συγκεκριμένα το σώμα δεν μπορεί να λειτουργήσει σαν μία μηχανή που εκτελεί κινήσεις, διότι ο άνθρωπος λαμβάνει υπόψιν του και κοινωνικές και ψυχολογικές διαστάσεις που καθορίζουν τις κινήσεις του. Η θεωρία του Mauss αντικατοπτρίζει τη σημαντικότητα και την επίδραση ενός αθλήματος πάνω στον άνθρωπο και τον τρόπο που μαθαίνει να ζει ( Mauss, 2004). Ο τρόπος ζωής, στον οποίο εκπαιδεύονται οι ασκούμενοι, τους κάνει να μένουν προσκολλημένοι στο άθλημα και να αναζητούν την ίδια φιλοσοφία στη ζωή τους και παρόμοιους τρόπους εκγύμνασης σε όλη τους τη ζωή.

Ωστόσο, οι δυσκολίες που αποκαλύπτονται στο συνδυαστικό σημείο της συνεργασίας και της αντιπαλότητας τυγχάνει να είναι οι πηγές εντάσεων και η τάση για αποχώρηση των αθλητών από το Taekwondo. Στην περίπτωση των μαθητών χαμηλών τόνων, οι παράγοντες αποκαλύπτονται πιο συχνά σε συγκεκριμένες καταστάσεις π.χ. συναισθηματική διέγερση, πίεση, προσωπικά προβλήματα, έλλειψη άνεσης που συνδέεται με την εκτέλεση δραστηριοτήτων παρουσία άλλων ανθρώπων (Aronson et al. 2012). Όπως αναφέρθηκε, παρά το γεγονός πως τα εξωτερικά κίνητρα είναι η αφορμή για την ενασχόληση με το άθλημα του Ταεκβοντό, το κλειδί για τους λόγους μη απόσυρσης των αθλητών από το άθλημα βρίσκεται στα εσωτερικά κίνητρα του αθλητή. Συνεπώς, για να αντέξει ένας μαθητής τους κανόνες του Ταεκβοντό και να ενστερνιστεί τον τρόπο ζωής του αθλήματος χρειάζεται να διαθέτει ψυχική δύναμη και αντοχή στις δυσκολίες, έλεγχο των συναισθημάτων του και αποφυγή απογοήτευσης από την ήττα ή την αδικία. Για παράδειγμα, ένα σύνθημα φαινόμενο σε αθλητές που οδηγεί σε σκέψεις απόσυρσης από το άθλημα είναι το σύνδρομο της υπερκόπωσης ή υπερποπόνησης. Έπειτα από μία σκληρή, απαιτητική και παρατεταμένη περίοδο προπόνησης ή προετοιμασίας για αγώνες ο αθλητής συχνά φθείρεται σωματικά και ψυχικά, με αποτέλεσμα να καταρρέει η απόδοση του και η γενικότερη κατάσταση του εαυτού του. Αν ο προπονητής ή ο ιατρός του συλλόγου δεν αντιληφθούν εγκαίρως την κατάσταση στην οποία βρίσκεται ο αθλητής, ώστε να λάβουν μέτρα προφύλαξης του αθλητή, οι συνέπειες για την ψυχική και σωματική υγεία του μπορεί να αποβούν μοιραίες για το μέλλον του στο άθλημα. Επιπλέον, παρόμοια εξέλιξη μπορεί να έχει ένας επικείμενος τραυματισμός ενός αθλητή. Τόσο στο Ταεκβοντό όσο και στην ευρύτερη κοινότητα του αθλητισμού δεν απουσιάζουν οι περιπτώσεις αθλητών και πρωταθλητών που έληξαν πρόωρα



*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

ή μάταια την πορεία τους εξαιτίας ενός τραυματισμού. Αξίζει να αναφερθεί πως για το άθλημα που μελετάται οι κακώσεις είναι ένας συνήθης λόγος απόσυρσης από το άθλημα. Σε αντίθεση με άλλα αθλήματα όπως το ποδόσφαιρο ή τον στίβο στο Τάεκβοντο και συγκεκριμένα στο εγχώριο Ταεκβοντό οι προπονητές προέρχονται κατά κόρον από σχολές της ομοσπονδίας Ταεκβοντό. Αυτή η ιδιαιτερότητα του αθλήματος επιτρέπει στους προπονητές να έχουν άριστες γνώσεις του αθλήματος, ωστόσο, υπολείπονται σημαντικά σε βασικές αρχές της εκγύμνασης του ανθρώπινου σώματος. Ως αποτέλεσμα, είναι γεγονός πως συχνά οι ίδιοι οι προπονητές δημιουργούν με την πάροδο του χρόνου προβλήματα στους αθλητές τους λόγω των ελλειπών γνώσεών τους στην επιστήμη της φυσικής αγωγής. Επιπρόσθετα, στο Ταεκβοντό λόγω της σύγκρουσης του ενός παίκτη με τον άλλον κατά την προπόνηση και τον αγώνα υπάρχει πάντα ο αστάθμητος παράγοντας του τραυματισμού.

Στη ίδια φιλοσοφία στο Ταεκβοντό παρατηρείται το φαινόμενο της «εξουθένωσης των αθλητών». Πολλές φορές οι αθλητές που ασκούνται κυρίως με το αγωνιστικό μέρος του αθλήματος χάνουν την επιθυμία τους για το άθλημα. Οι εξαντλητικές προπονήσεις, τα σωματικά προβλήματα, η αποτυχία στους αγώνες και η πίεση του προπονητή να φτάσει τους αθλητές στο απόγειο της αθλητικής τους καριέρας πριν ενηλικιωθούν, δημιουργούν μία σειρά από αρνητικά συναισθήματα του ασκούμενου για το άθλημα, τα οποία οδηγούν στην απόσυρσή του. Ο θυμός, η ένταση, η απογοήτευση, η κούραση και η έλλειψη κοινωνικών δεξιοτήτων που απαιτεί ο πρωταθλητισμός κυρίως, αν συνδυαστούν με μία πιεστική περίοδο της ζωής του ασκούμενου όπως για παράδειγμα την εφηβεία, συμβάλλουν στην πρόωρη εγκατάλειψη του αθλητή από το Ταεκβοντό.

Τέλος, ίσως ο λόγος απόσυρσης που θα όφειλε άμεση αντιμετώπιση από την ΕΛΟΤ είναι πως το Ταεκβοντό στην Ελλάδα παραμένει ένα ερασιτεχνικό άθλημα. Οι απαιτήσεις του αθλήματος για να καταφέρει ένας αθλητής να κατακτήσει θέση στο βάθρο μίας παγκόσμιας διοργάνωσης, δεν του επιτρέπουν να έχει μία οκτάωρη δουλειά καθώς, το μεγαλύτερο χρόνο της μέρας του τον αφιερώνει στην προπόνηση. Ωστόσο, οι πρωταθλητές του Ταεκβοντό δεν αμείβονται σαν επαγγελματίες αθλητές όπως για παράδειγμα, οι αθλητές της καλαθοσφαίρισης. Σύμφωνα με τα επίσημα στατιστικά της παγκόσμιας ομοσπονδίας μόνο το 36% των ασκούμενων του Ταεκβοντό είναι ενήλικες. Συνεπώς, το Ταεκβοντό θα μπορούσε να θεωρηθεί ένα παιδικό-εφηβικό άθλημα. Παράλληλα η ομοσπονδία της



*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

Ελλάδας, ενώ γνωρίζει το πρόβλημα, δεν παρέχει ασφάλεια και κίνητρα στους αθλητές της, για να συνεχίσουν την ενασχόλησή τους με το Ταεκβοντό και μετά την ενηλικίωσή τους.

## **Κεφάλαιο 4<sup>ο</sup>**

### **4.1 Φύλο και αθλητισμός - Η θέση της γυναίκας στις πολεμικές τέχνες**

Ο αθλητισμός είναι αναπόσπαστο κομμάτι της κοινωνίας και μέσα από τα αθλήματα αντικατοπτρίζεται η σύγχρονη κοινωνία. Η κουλτούρα του αθλητισμού είναι ένα ιδιαίτερα βασικό πεδίο για τη μελέτη και την κατανόηση του ρόλου του ανθρώπου στην κοινωνία. Ο αθλητισμός παρέχει έναν μοναδικό τρόπο κατανόησης των τρόπων με τους οποίους η κοινωνία κατασκευάζει τα κοινωνικά σώματα ανδρών και γυναικών που συμμετέχουν στον αθλητισμό και πώς αποδίδουμε αρρενωπότητα και θηλυκότητα σε αυτά τα σώματα (Hardin & Whiteside, 2009). Ο αθλητισμός παραδοσιακά περιορίζεται και συνδέεται με την αρρενωπότητα και τον «ανδρικό τομέα». Στα έργα τους, οι Giuliano, Turner, Lundquist & Knight (2010) και Teetzel (2006) εντοπίζουν αυτό το μοτίβο. Ο αθλητισμός, ο ανταγωνισμός, η δύναμη και ο ομαδικός αθλητισμός έχουν κριθεί κατάλληλα χαρακτηριστικά στον «ανδρικό τομέα». Από την αρχαιότητα οι γυναίκες απαγορευόταν να συμμετέχουν στους Ολυμπιακούς Αγώνες. Αξιοσημείωτο είναι το γεγονός πως στους αρχαίους ολυμπιακούς αγώνες οι αθλητές αγωνίζονταν γυμνοί με σκοπό να αποδείξουν το φύλο τους (Κουλούρη, 2004). Ωστόσο στην αρχαία Ελλάδα υπήρχαν γυναικείοι αθλητικοί αγώνες, τα Ηραία, όπου ήταν οι αντίστοιχοι Ολυμπιακοί Αγώνες των γυναικών. Υπήρχε όμως ένας σαφής διαχωρισμός των ανδρών από τις γυναίκες. Επιπρόσθετα, στην αρχαία Σπάρτη υπήρχε παράδοση στην εκγύμναση των γυναικών. Αξίζει να αναφερθεί πως ο λόγος εκγύμνασης των γυναικών είχε ως στόχο να είναι υγιείς μητέρες, που θα γεννήσουν και θα μεγαλώσουν υγιή παιδιά. Συνεπώς οι λόγοι εκγύμνασης γυναικών και αντρών διέφεραν. Στην

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

πορεία του χρόνου οι γυναίκες άρχισαν παραδοσιακά να απέχουν από τον αθλητισμό και να μη διεκδικούν τη συμμετοχή τους στα αθλητικά δρώμενα. Ως αποτέλεσμα, στους πρώτους σύγχρονους Ολυμπιακούς Αγώνες, οι οποίοι έλαβαν χώρα στην Αθήνα το 1896, η συμμετοχή των γυναικών απαγορεύτηκε (Τσούμας, 2009).

Μόλις στα μέσα του 1800 οι γυναίκες άρχισαν να συνοδεύουν τους άντρες συγγενείς τους σε συγκεκριμένα αθλητικά γεγονότα (όπως ιπποδρομίες και αγώνες μπίτζμπολ) και να συμμετέχουν σε ήπιες ασκήσεις όπως ο χορός και το πατινάζ στον πάγο. Στη συνέχεια, μετά τον Εμφύλιο Πόλεμο στα τέλη του 1800, δόθηκε τελικά η ευκαιρία στις γυναίκες να συμμετέχουν σε οργανωμένα αθλήματα (Fasting, 2004). Το γκολφ, η τοξοβολία και το κροκέ ήταν τα πρώτα αθλήματα που κέρδισαν αποδοχή από τις γυναίκες, επειδή δεν περιλάμβαναν σωματική επαφή ή καταπόνηση.

Στον αθλητισμό όπως και στην ευρύτερη κοινωνία οι γυναίκες θεωρούνται κατώτερες από τους άντρες. Οι άντρες από τις γυναίκες διαφέρουν βιολογικά. Σύμφωνα με τις βιολογικές διαφορές των δύο φύλων η κοινωνία έχει εντάξει τη γυναίκα πιο κοντά στη φύση, ενώ τον άντρα πιο κοντά στον πολιτισμό. Ως αποτέλεσμα ο πολιτισμός θεωρείται πιο σημαντικός από τη φύση και αντίστοιχα ο άντρας από τη γυναίκα (Ortner, 1994). Επειδή η εφίδρωση, η σωματική επαφή και ο ανταγωνισμός δεν ήταν κοινωνικά αποδεκτές συμπεριφορές για τις γυναίκες, οι δραστηριότητες και οι ευκαιρίες σωματικής αναψυχής των γυναικών ήταν περιορισμένες. (Clark και Paechter, 2007). Πριν από το τέλος του 19ου αιώνα, η εφεύρεση του ποδηλάτου έφερε επανάσταση στις γυναίκες και τη συμμετοχή τους σε σωματικές δραστηριότητες. Κατά τη διάρκεια αυτής της περιόδου οι γυναίκες υιοθέτησαν ένα πιο ελεύθερο στυλ ντυσίματος, ώστε να μπορούν να απολαμβάνουν το ποδήλατο και άλλες δραστηριότητες όπως η ιππασία, η γυμναστική και το πατινάζ. Αυτή η σημαντική αλλαγή όχι μόνο επέτρεψε στις γυναίκες να εξετάσουν το ενδεχόμενο να ακολουθήσουν τον αθλητισμό (δηλαδή συμμετοχή στο μπάσκετ, το μπίτζμπολ, τον στίβο), αλλά τις απελευθέρωσε και σε άλλους τομείς όπως η ενδυμασία, οι ρόλοι και τα επαγγέλματα (Harding και Whiteside, 2009). Με αυτές τις επαναστατικές αλλαγές τα παραδοσιακά στερεότυπα φύλου για τις γυναίκες άρχισαν να μεταμορφώνονται. Οι ιδέες ότι «τα κορίτσια δεν ιδρώνουν», «τα κορίτσια δεν τρέχουν» και «τα κορίτσια δεν λερώνονται», άρχισαν να αμφισβητούνται σε συνδυασμό με το να είσαι γυναίκα και να είσαι θηλυκό. Στη δεκαετία του 1930, η Mildred

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

"Babe" Didrikson έδειξε ότι οι γυναίκες μπορούσαν να συμμετέχουν με επιτυχία σε ανταγωνιστικούς στίβους (στίβος, μπίτζμπολ, γκολφ, κολύμβηση). Μετά το τέλος του δεύτερου παγκοσμίου πολέμου εμφανίστηκαν ανταγωνιστικά αθλήματα γυναικών σε κολέγια. Από τη δεκαετία του 1960 και μέχρι τη δεκαετία του 1970, δημιουργήθηκαν νέες συμπεριφορές από το γυναικείο κίνημα, που απαίτησε δικαιώματα, ίσες ευκαιρίες και χρηματοδοτήσεις στον γυναικείο αθλητισμό. Κατά τη διάρκεια εκείνης της περιόδου η Billie Jean King νίκησε τον Bobby Riggs, έναν πρώην πρωταθλητή ανδρών, σε έναν αγώνα τένις που ονομάζεται Battle of the Sexes (Gilenstam, Henriksson & Larsen 2008). Πιο πρόσφατα αυξανόμενος αριθμός κοριτσιών και γυναικών συμμετέχουν σε «παραδοσιακά ανδρικά αθλήματα». Οι Harding και Whiteside το 2009, ανέφεραν ότι ο αριθμός των κοριτσιών και των γυναικών, που συμμετέχουν σε ψυχαγωγικό και ανταγωνιστικό ποδόσφαιρο, πυγμαχία και πάλη, έχει αυξηθεί. Δηλώνουν επίσης ότι η γυναικεία συμμετοχή σε extreme sports (ή "X sports") όπως το snowboard, το skateboard έχει επίσης αυξηθεί. Ένας παράγοντας, που μπορεί να συμβάλει σε αυτήν την τάση για ένα αυξημένο αριθμό αθλητριών σε ένα ευρύτερο φάσμα αθλημάτων, είναι η ιδέα ότι τα σύνορα μεταξύ των φύλων φαίνεται να είναι λιγότερο περίπλοκα. Τη σημερινή εποχή ίσως περισσότερο από οποιαδήποτε άλλη εποχή η κοινωνία είναι έτοιμη να δεχθεί πως το φύλο δεν είναι προϊόν της φύσης αλλά του πολιτισμού. Η έννοια του φύλου είναι μία ρευστή έννοια που μεταβάλλεται καθώς αποτελεί αντικείμενο επιλογής και μάθησης, συνεπώς μπορεί να αλλάξει (Παπαταξιάρχης, 1997). Το βιολογικό με το κοινωνικό φύλο διαφέρει (Μπακαλάκη, 2010). Συνεπώς ο ευρύτερος ορισμός της θηλυκότητας έχει αρχίσει να αλλάζει, με αποτέλεσμα οι γυναίκες να αμφισβητούν τα «παραδοσιακά» στερεότυπα φύλου που τις καθόριζαν. Υπάρχει μεγαλύτερη ευελιξία, που επιτρέπει στις γυναίκες να διαθέτουν την ικανότητα να διεκδικούν με τους δικούς τους όρους τη «γυναικεία» έννοια και τη «θηλυκότητα». Σημαντικός παράγοντας είναι ότι η παρουσία των γυναικών σε αυτά τα είδη αθλημάτων, που χαρακτηρίζονται ως αντρικά, βοηθά να σπάσουν τα στερεότυπα και τα εμπόδια, δίνοντας έτσι στα κορίτσια και τις γυναίκες το θάρρος και την εκτίμηση να συμμετέχουν σε ένα ευρύ φάσμα αθλημάτων και σωματικών δραστηριοτήτων. Αθλήτριες όπως η Danica Patrick, η Michelle Wie και η Gina Corano έχουν κάνει τεράστια βήματα για τον γυναικείο αθλητισμό τα τελευταία χρόνια. Ωστόσο, η θέση της γυναίκας σε κάθε άθλημα διαφέρει, ανάλογα με τη φύση του αθλήματος δηλαδή αν θεωρείται παραδοσιακά αντρικό άθλημα.

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

Το φύλο στις πολεμικές τέχνες έχει παραβλεφθεί, καθώς οι ερευνητές έχουν επικεντρωθεί κυρίως στον άνδρα αθλητή πολεμικών τεχνών (Kavoura, 2012). Η έρευνα για τη γυναίκα παραμένει περιορισμένη και επικεντρώνεται σε διαφορετικές πτυχές από την έρευνα για τον άνδρα. Για παράδειγμα, ενώ η βασική έρευνα αθλητικής ψυχολογίας σε άνδρες αθλητές πολεμικών τεχνών δίνει έμφαση στα ψυχολογικά ζητήματα που σχετίζονται με την απόδοση και τον ανταγωνισμό (Delignieres & Ninot, 2004), η μελέτη για τη γυναίκα επικεντρώνεται στην εξέταση των διαφορών και ομοιοτήτων συγκρίνοντας τη γυναίκα των πολεμικών αθλημάτων με τον άνδρα ομόλογό της ή με τη «συνηθισμένη» γυναίκα (Mroczkowska, 2004, 2009). Οι ερευνητές τείνουν να θέτουν ερωτήσεις όπως: Είναι οι γυναίκες αθλήτριες πολεμικών τεχνών τόσο πρόθυμες να κερδίσουν όσο οι άνδρες ; Είναι οι γυναίκες αθλήτριες πολεμικών τεχνών πιο επιθετικές από τις συνηθισμένες γυναίκες; Οι ερευνητές εστιάζοντας επίμονα στις διαφορές και βασιζόμενοι κυρίως σε θετικιστικές έρευνες, βοηθούν στην ενίσχυση των στερεοτύπων για το φύλο. Οι γυναίκες αθλήτριες πολεμικών τεχνών κατασκευάζονται ως μια ομοιογενής ομάδα, ουσιαστικά διαφορετική όχι μόνο από τις συνηθισμένες γυναίκες αλλά και από τους άνδρες που φαίνεται να είναι ο κανόνας. Αντίθετα, η κοινωνιολογική έρευνα προσφέρει πλούσιες γνώσεις σχετικά με τις εμπειρίες γυναικών που συμμετέχουν σε παραδοσιακά ανδρικά αθλήματα όπως το ποδόσφαιρο, το bodybuilding, το snowboard και το ράγκμπι (Young, 1997).

Η κατασκευή και η διαπραγμάτευση της ταυτότητας φύλου για τη γυναίκα μαχήτρια είναι πολύ πιο περίπλοκες από ό,τι ήταν κάποτε. Η εκπαίδευση στις πολεμικές τέχνες μπορεί να προσφέρει ενδυναμωτικές, μεταμορφωτικές εμπειρίες για τις γυναίκες και να θέσει ξεκάθαρες προκλήσεις σε συζητήσεις ανδρικής ανωτερότητας (Channon, 2013). Οι γυναίκες που τολμούν να περάσουν σε αυτή την ανδροκρατούμενη περιοχή φαίνεται να «αποδομούνται κανονικά συμβολικά όρια μεταξύ ανδρών και γυναικών στον αθλητισμό» (Hargreavers, 1997, σελ. 33) αμφισβητώντας την υπάρχουσα τάξη φύλου καθώς και τα στερεότυπα και τις πολιτιστικές πεποιθήσεις του φύλου. Αυτές οι γυναίκες «μπορεί να αντιμετωπίσουν ιδιαίτερες προκλήσεις όσον αφορά τη διαπραγμάτευση του φύλου» (Sisjord & Kristiansen, 2009, σ. 232). Οι εμπειρίες διάκρισης συχνά αγωνίζονται να βρουν ισορροπία μεταξύ της κοινωνικά αποδεκτής γυναικείας ταυτότητας και της ταυτότητας ενός μαχητή (Guerandel & Mennesson, 2007). Από μια φεμινιστική μεταστρουκτουραλιστική προοπτική, η Kavoura (2014) και οι

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

συνεργάτες της υποστήριξαν ότι οι γυναίκες πολεμικών τεχνών δεν μπορούν να γίνουν κατανοητές ως μια ομοιογενής ομάδα, κοινωνικοποιημένες σε διαφορετικούς πολιτισμούς και υποκείμενες σε διαφορετικές συζητήσεις οι αθλήτριες πολεμικών αθλημάτων έχουν διαφορετικές εμπειρίες και διαπραγματεύονται την ταυτότητα με διαφορετικούς τρόπους (Kavoura, Kokkonen, Ryba & Kokkonen, 2014).

#### **4.2 Φύλο και Ταεκβοντό – Η θέση της γυναίκας**

Τα βιολογικά χαρακτηριστικά ενός ατόμου στον αθλητισμό είναι αυτά που καθορίζουν σε μεγάλο βαθμό την νίκη στους αγώνες. Ωστόσο, το Ταεκβοντό θεωρείται ένα πολυδιάστατο άθλημα στο οποίο η νίκη αποτελεί αποτέλεσμα πολλών και διαφορετικών παραγόντων. Η ταχύτητα, η ακρίβεια, η δύναμη και το ύψος είναι ένας συνδυασμός από πολύ σημαντικούς παράγοντες που επιτρέπουν τη νίκη στο taekwondo (Newland, κ.α., 2013). Ένα συγκεκριμένο μέρος της διαδικασίας λήψης αποφάσεων συμβαίνει πέρα από τον συνειδητό μας έλεγχο ή, κατά κάποιο τρόπο, δεν είναι εντελώς συνειδητό (Dishman, κ.α., 2015). Υπάρχουν λόγοι για τους οποίους οι ερευνητές πιστεύουν ότι τα χαρακτηριστικά ενός αντικειμένου ή η έλλειψή τους μπορεί να αλλάξουν άμεσα την κινηματική ενός λακτίσματος (Wasik & Shan, 2015). Ωστόσο, σχετικά με το αν μπορεί το φύλο να προκαλέσει ανομοιότητα από αυτή την άποψη, υπάρχει έλλειψη μελετών που εξετάζουν λακτίσματα σε διαφορετικούς στόχους που χρησιμοποιούνται στο taekwondo. Οι διαφορές εντός των μεταβλητών που συνδέονται με την πλειονότητα των πτυχών της γνωστικής λειτουργίας και του συντονισμού των κινήσεων μεταξύ γυναικών και ανδρών, φαίνεται να είναι διαφορούμενες (Young, κ.α., 2016). Ο χαρακτήρας των απαιτήσεων προς την κινητική δραστηριότητα ανάλογα με τον αθλητικό κλάδο καθορίζει τις διαφορές μεταξύ γυναικών και ανδρών. Ωστόσο, οι περισσότερες προηγούμενες έρευνες σχετικά με τις τεχνικές λακτισμάτων επικεντρώθηκαν σε άνδρες αθλητές taekwondo και λίγη έρευνα έχει διεξαχθεί σε γυναίκες (Gill, 2007). Αν και υπάρχουν σαφείς διαφορές στη σκελετική δομή, τη μυϊκή δύναμη και την ευελιξία μεταξύ γυναικών και ανδρών αθλητών, τα χαρακτηριστικά των τεχνικών λακτίσματος σε γυναίκες και άνδρες αθλητές πολεμικών τεχνών δεν έχουν

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

διευκρινιστεί ακόμη. Υπάρχουν ακόμα πολλά ερωτήματα σχετικά με την ταχύτητα και τη δύναμη των λακτισμάτων. Λίγες μελέτες έχουν αντιμετωπίσει αυστηρά αυτές τις διαφορές. Ο Busko και οι συνεργάτες του (2016) περιέγραψαν αυτά τα αποτελέσματα στις μελέτες τους. Βρήκαν επίσης ότι η δύναμη μιας ευθείας γροθιάς από το πίσω χέρι ήταν μεγαλύτερη από τη δύναμη μιας γροθιάς μεταξύ ανδρών και γυναικών πυγμάχων. Η δύναμη του λακτίσματος που εκτελούνταν με το πίσω πόδι ήταν μεγαλύτερη σε σύγκριση με το πρώτο σκέλος μεταξύ ανδρών και γυναικών αθλητών taekwondo. Σημαντικές διαφορές φύλου παρατηρήθηκαν στη δύναμη και στους δύο τύπους λακτισμάτων (Busko, κ.α., 2016). Το τεχνικό επίπεδο του γυναικείου ταεκβοντό ανεβαίνει κάθε χρόνο. Κατά συνέπεια, υπάρχει μεγάλη ζήτηση για τη βελτίωση των τεχνικών λακτίσματος για να επιτραπεί ταχύτερη απόδοση (Heidrich & Chiviacowsky, 2015). Είναι γεγονός πως οι γυναίκες υστερούν 10%-12% στα παγκόσμια ρεκόρ των αθλημάτων σε σύγκριση με τους άνδρες αθλητές (Dyson, 2020). Συνεπώς ο διαχωρισμός κατηγοριών με βάση το φύλο και τα κιλά φαίνεται πως είναι δίκαιος τόσο για τις γυναίκες όσο και για τους άντρες. Παρά ταύτα ο διαχωρισμός γυναικών και ανδρών λειτουργεί ως μέσο διακρίσεων των στερεοτύπων που σχετίζονται με το φύλο.

Η συμμετοχή και ο ρόλος των γυναικών στο Ταεκβοντό τα τελευταία χρόνια έχει ανοδική πορεία. Παρά το γεγονός πως το Ταεκβοντό ως μια πολεμική τέχνη θεωρείται παραδοσιακά αντρικό άθλημα, οι γυναίκες φαίνεται τα τελευταία χρόνια να το επιλέγουν όλο και περισσότερο. Οι λόγοι της ανοδικής αυτής πορείας στην συμμετοχή των γυναικών στο άθλημα οφείλονται κυρίως στην αλλαγή του τρόπου με τον οποίο δέχεται η κοινωνία την γυναίκα αθλήτρια σήμερα, αλλά παράλληλα και στην φιλοσοφία του Ταεκβοντό. Πιο συγκεκριμένα οι αξίες του αθλήματος όπως για παράδειγμα, η ισότητα, η ειρήνη, ο σεβασμός και η αλληλεγγύη δεν αφήνουν περιθώρια ρατσισμού, προκαταλήψεων και στερεοτύπων μέσα στο άθλημα. Συνεπώς το Ταεκβοντό σε πλήρη συνάρτηση με τις αλλαγές του αθλητισμού αλλά και της κοινωνίας ως προς τη θέση της γυναίκας, δέχεται με αγάπη την παρουσία του γυναικείου φύλου. Τα αίτια για τα χαμηλά ποσοστά της συμμετοχής στο άθλημα βρίσκονται στις προκαταλήψεις της κοινωνίας και όχι στη δομή και τη φιλοσοφία του αθλήματος. Παράλληλα τα σύγχρονα προβλήματα δημιουργούν την ανάγκη οι γυναίκες να γνωρίζουν αυτοάμυνα, γεγονός που τις φέρνει όλο και πιο κοντά στα μαχητικά αθλήματα. Αξίζει να αναφερθεί πως το Ταεκβοντό θεωρείται λιγότερο βίαιο άθλημα σε σχέση με άλλες

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

πολεμικές τέχνες όπως, η πυγμαχία και το κικμποξινγκ. Συνεπώς, οι γυναίκες επιλέγουν ευκολότερα να ασχοληθούν με το Ταεκβοντό παρά με μία άλλη πολεμική τέχνη. Σύμφωνα με τα παραπάνω οι γυναίκες στην σύγχρονη κοινωνία βρίσκουν κίνητρα ώστε να γνωρίσουν και να ασχοληθούν με το άθλημα του Ταεκβοντό.



## **Κεφάλαιο 5<sup>ο</sup>**

### **5.1 Το αγωνιστικό πλαίσιο λειτουργίας του Ταεκβοντό**

Ο αθλητισμός λειτουργεί ως ένα σύνθετο πολιτιστικό και κοινωνικό φαινόμενο που διαμορφώνεται σαν μέρος της κοινωνικής δομής (Ζαϊμάκης & Φουρναράκη, 2015). Η κατανόηση του αθλητισμού είναι αδύνατο να επιτευχθεί χωρίς την συμβολή των κοινωνικών επιστημών. Τα διάφορα κοινωνικά ρεύματα που αναπτύχθηκαν το 19ο και 20ο αιώνα αποτυπώνουν τον τρόπο με τον οποίο ο αθλητισμός αλληλοεπιδρά με την κοινωνία. Σε πλήρη συνάρτηση με την εμπορευματοποίηση και παγκοσμιοποίηση που βιώνει η σύγχρονη κοινωνία, ο αθλητισμός αποδεικνύει πως δεν επηρεάστηκε απλώς από την τάση, αλλά την διαμορφώνει (Ζαϊμάκη & Φουρναράκη, 2015). Δεν μπορεί να θεωρηθεί τυχαίο πως οι σύγχρονοι Ολυμπιακοί Αγώνες αποτελούν το πρόγραμμα με την μεγαλύτερη τηλεθέαση παγκοσμίως. Παράλληλα, παγκόσμιες διοργανώσεις και πρωταθλήματα όπως μουντιάλ και NBA παραχωρούν τα τηλεοπτικά τους δικαιώματα έναντι δισεκατομμυρίων.

Οι πολεμικές τέχνες μπορεί να μην ανήκουν στην ομάδα των ελίτ αγωνισμάτων όπως ο βασιλιάς των σπορ το ποδόσφαιρο, ωστόσο δεν αποτελούν εξαίρεση της εμπορευματοποίησης και παγκοσμιοποίησης του αθλητισμού. Το Ταεκβοντό είναι μια μεγάλη επικερδής επιχείρηση, η οποία μέσω της εμπορευματοποίησης του αθλήματος κατάφερε σε λίγες δεκαετίες να δραπετεύσει από τα σύνορα της Κορέας και να κατακτήσει ολόκληρο τον κόσμο. Ωστόσο, τίποτα από αυτά δεν θα είχε συμβεί αν δεν κυριαρχούσε στον αθλητισμό τις τελευταίες δεκαετίες το κλίμα της εμπορευματοποίησης και της παγκοσμιοποίησης. Το Ταεκβοντό εκμεταλλεύτηκε την διεθνή τάση και με την είσοδο του αθλήματος στους Ολυμπιακούς Αγώνες εξασφάλισε την παγκόσμια προβολή του. Σήμερα το Ταεκβοντό μαζί με το Καράτε είναι τα πιο δημοφιλή μαχητικά αθλήματα. Αξιοσημείωτο



*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

είναι πως ο αριθμός των εμπορικών σχολών πολεμικών τεχνών έχει αυξηθεί τρομερά τα τελευταία χρόνια. Μόνο στις ΗΠΑ υπάρχουν περίπου 14.000 σχολές πολεμικών τεχνών (Info - USA, 2007) και περισσότεροι από 4,7 εκατομμύρια συμμετέχοντες πολεμικών τεχνών το 2004 (Beech, & Chadwick, , 2004). Ο Ferguson (1995) σημείωσε πως οι εγγραφές σε σχολές που ειδικεύονται σε ανατολικές πολεμικές τέχνες όπως το Karate και το Taekwondo έχουν διπλασιαστεί σε περίπου πέντε χρόνια. Επιπρόσθετα, η αύξηση της συμμετοχής των ανθρώπων στο Ταεκβοντό, μετά την εισαγωγή του στους Ολυμπιακούς Αγώνες ήταν ραγδαία. Υπολογίζεται πως οι αριθμός των ασκούμενων στο Ταεκβοντό παγκοσμίως ξεπερνά τα 70 εκατομμύρια (Forrest & Forrest-Bilincioe, 2018).

Οι Ko και Yang, 2008 συμπέραναν πως υπάρχουν αρκετοί παράγοντες που επηρεάζουν την τρέχουσα ανάπτυξη των πολεμικών τεχνών. Αρχικά η αξία της εκπαίδευσης των πολεμικών τεχνών και ο εκσυγχρονισμός από παραδοσιακές τέχνες σε μαχητικά αθλήματα. Παράλληλα το μάρκετινγκ έχει διεισδύσει στον χώρο των πολεμικών τεχνών και μέσα από την προβολή στον κινηματογράφο, στα προγράμματα γυμναστικής και σε διάφορες εκδηλώσεις άρχισε να απευθύνεται και σε κοινωνίες που δεν είχαν παράδοση στα μαχητικά αθλήματα. Σε αυτό συμβάλλει και η αλλαγή διδασκαλίας του αθλήματος σε σύγκριση με προηγούμενες δεκαετίες σε συνδυασμό με τις προσπάθειες των κυβερνήσεων των χωρών προέλευσης για προώθηση των αθλημάτων. Πιο συγκεκριμένα στην περίπτωση του Ταεκβοντό η παγκόσμια ομοσπονδία και η Κορέα συνέβαλαν στην καθολική διάδοση του αθλήματος, κάνοντάς το να έχει μεγάλη απήχηση ακόμα και στις ΗΠΑ. Η Παγκόσμια Ομοσπονδία Ταεκβοντό (WTF), ένας από τους μεγαλύτερους οργανισμούς πολεμικών τεχνών στον κόσμο, έχει 185 κράτη μέλη με περισσότερους από 70 εκατομμύρια συμμετέχοντες που μαθαίνουν TKD σε όλο τον κόσμο με ετήσιο ρυθμό ανάπτυξης 20–25% (Forrest & Forrest-Bilincioe, 2018). Αυτή η οργάνωση έχει συμβάλει στην παγκοσμιοποίηση του κινήματος Taekwondo. Τα μέλη της WTF έχουν προωθήσει ενεργά το άθλημα ως επίσημο ανταγωνιστικό παιχνίδι στους Ολυμπιακούς Αγώνες και οι προσπάθειές τους ήταν καρποφόρες. Το Taekwondo παρουσιάστηκε για πρώτη φορά στους Ολυμπιακούς Αγώνες ως ένα από τα αθλήματα επίδειξης στους 24ους Ολυμπιακούς Αγώνες στη Σεούλ της Κορέας το 1988. Έγινε επίσημο άθλημα Ολυμπιακών μεταλλίων στους Ολυμπιακούς Αγώνες του 2000 στο Σίδνεϊ της Αυστραλίας (Ελληνική Ομοσπονδία Ταεκβοντό, 2017). Αυτό αντικατοπτρίζει ότι το

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

Ταεκβοντό έχει γίνει ένα παγκόσμιο άθλημα πολεμικής τέχνης, που απευθύνεται σε ανθρώπους διαφορετικής ηλικίας, φύλου, φυλής, πολιτισμού, ιδεολογίας ή και θρησκείας (Kim, 1985). Το USA Taekwondo (USAT) είναι ένα από τα 185 μέλη του WTF. Η Ολυμπιακή Επιτροπή των Ηνωμένων Πολιτειών (USOC) αναγνώρισε την USAT ως το εθνικό διοικητικό όργανο για το Taekwondo. Η USAT έχει το δικαίωμα ως το εθνικό διοικητικό όργανο να αναπτύσσει και να επιβάλλει κανονισμούς, πολιτικές και πρότυπα. Αυτό το διοικητικό όργανο οργανώνει και διαχειρίζεται όλους τους εθνικούς και περιφερειακούς αγώνες. Ένας από τους θεμελιώδεις στόχους του USAT είναι να ενισχύσει το επίπεδο επιτυχίας της ομάδας Taekwondo των ΗΠΑ στους Ολυμπιακούς Αγώνες (Morrison, 2005). Αυτοί και άλλοι παράγοντες οδήγησαν το επίπεδο συμμετοχής στο Taekwondo σε πάνω από 3 εκατομμύρια συμμετέχοντες στις Ηνωμένες Πολιτείες (WTF, 2007). Από την έναρξη του Taekwondo στη Βόρεια Αμερική, η πλειονότητα των σχολών Taekwondo λειτουργούν ως εμπορικές εγκαταστάσεις. Το αυξημένο ενδιαφέρον για αυτό το άθλημα έχει αυξήσει το μέγεθος της αγοράς Taekwondo και οδήγησε στη συνειδητοποίηση σε ολόκληρη τη Βόρεια Αμερική, ότι η εκπαίδευση Taekwondo μπορεί να είναι μια κερδοφόρα επιχείρηση όταν διαχειρίζεται σωστά. Ένα παράδειγμα είναι η American Taekwondo Association (ATA), που εκπροσωπεί μια μεγάλη ομάδα ιδιωτικών σχολών Taekwondo, που παράγει ετήσια έσοδα 11 εκατομμυρίων δολαρίων, με ρυθμό αύξησης 20% ετησίως. Συνολικά περίπου 150.000 μαθητές είναι εγγεγραμμένοι σε 1.300 αδειοδοτημένα σχολεία και υπάρχουν περίπου 90 εργαζόμενοι στα κεντρικά γραφεία της εταιρείας (Brendan, 2001).

Το παραπάνω παράδειγμα υποδηλώνει ότι υπάρχουν τεράστιες επιχειρηματικές ευκαιρίες στη βιομηχανία των πολεμικών τεχνών. Στο τρέχον περιβάλλον της αγοράς ειδικότερα η διατήρηση ή η πρόσληψη ενηλίκων μελών είναι ένας από τους κύριους βασικούς παράγοντες για την ακμάζουσα ιδιωτική σχολική επιχείρηση Taekwondo. Σύμφωνα με το Sport Business Research Network (2004), περίπου το 64% των συμμετεχόντων στις πολεμικές τέχνες είναι κάτω των 18 ετών και μόνο το 36% των συμμετεχόντων είναι άνω των 18 ετών. Πολύ μεγαλύτερος αριθμός νέων έχει συμμετάσχει σε προγράμματα Taekwondo σε σύγκριση με άτομα άνω των 18 ετών. Έτσι, η αγορά ενηλίκων αποτελεί σημαντικό τμήμα για μελλοντική ανάπτυξη. Για την καλύτερη κατανόηση του περιβάλλοντος της αγοράς Taekwondo, φαίνεται ότι χρειάζονται συστηματικές μελέτες καταναλωτών.

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

Ωστόσο, πολλά από τα παραπάνω δεν θα είχαν συμβεί αν το Ταεκβοντό δεν είχε την μορφή ενός Ολυμπιακού αθλήματος. Η παγκόσμια ομοσπονδία αντιλήφθηκε γρήγορα πως η συμμετοχή του αγωνίσματος στους ολυμπιακούς αγώνες συμβάλλει καθολικά στα μεγάλα ποσοστά ενασχόλησης με το άθλημα. Συνεπώς, για να μπορέσει το Ταεκβοντό να γίνει ανταγωνιστικό ανάμεσα στα αθλήματα και αγωνίσματα των ολυμπιακών αγώνων, η παγκόσμια ομοσπονδία έχει προβεί σε μία σειρά από αλλαγές στους κανόνες του αθλήματος που εξυπηρετούν το θέαμα και όχι την παραδοσιακή πολεμική τέχνη του Ταεκβοντό. Με την χρήση του ηλεκτρονικού θώρακα και την αλλαγή στην βαθμολογική κλίμακα, ευνοείται η στρατηγική των αθλητών που στοχεύουν λακτίσματα στο κεφάλι του αντιπάλου. Έτσι, η πιθανότητα ενός χτυπήματος νοκ-άουτ έχει περισσότερες πιθανότητες σε σύγκριση με τον συμβατικό τρόπο παιχνιδιού μέχρι τις αρχές της δεκαετίας του 2010. Συμπερασματικά τα λακτίσματα στο κεφάλι σε συνδυασμό με το μειωμένο χρόνο παιχνιδιού κάνει τον αγώνα πιο ανταγωνιστικό και προσφέρει στους θεατές στιγμιότυπα ενός σύγχρονου αγωνίσματος.

## **Κεφάλαιο 6<sup>ο</sup>**

### **6.1 Μεθοδολογία της έρευνας**

#### **6.1.1 Σκοπός της έρευνας**

Σκοπός της έρευνας είναι η διερεύνηση της κατάστασης του αθλήματος του TaeKwonDo στην Ελλάδα. Ειδικότερα η έρευνα στοχεύει στη διερεύνηση της ενασχόλησης αθλητών και αθλητριών με το συγκεκριμένο άθλημα στην Ελλάδα και στους λόγους όπου οι αθλητές και οι αθλήτριες το επιλέγουν. Επιπρόσθετα δίνεται έμφαση στο κανονιστικό πλαίσιο λειτουργίας του αθλήματος καθώς και στον ρόλο της ένταξής του στους Ολυμπιακούς Αγώνες. Η έρευνα αποσκοπεί στην αποσαφήνιση του ρόλου του φύλου στο Ταεκβοντό. Πιο συγκεκριμένα μελετάται η συμμετοχή των γυναικών στο άθλημα και ο τρόπος με τον οποίο αντιμετωπίζεται τόσο από άνδρες όσο και από γυναίκες. Γενικότερα γίνεται μία προσπάθεια ολιστικής προσέγγισης στο άθλημα με σκοπό την ανάδειξή του και την αποτύπωση της ελληνικής πραγματικότητας του ολυμπιακού αθλήματος του Ταεκβοντό.

#### **6.1.2 Μέθοδος συλλογής δεδομένων**

Η επιστημονική μεθοδολογία είναι ένα κρίσιμο εργαλείο, που χρησιμοποιείται για τη δημιουργία οποιασδήποτε επιστημονικής εργασίας και για την κατανόηση των τεχνικών της. Για την συγγραφή ενός επιστημονικού εγγράφου απαιτείται μία σειρά από συγκεκριμένες ενέργειες. Αρχικά εξετάζεται η μέθοδος και τα εργαλεία που χρησιμοποιούνται στην έρευνα. Έπειτα μέσα από μία σχολαστική διαδικασία που εμπεριέχει τη διεξαγωγή συστηματικής

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

έρευνας αποκαλύπτονται οι διάφοροι παράγοντες που συμβάλλουν στη ερμηνεία των αποτελεσμάτων (Flanagan, 2013). Πιο συγκεκριμένα η επιστημονική έρευνα χωρίζεται σε δύο βασικές κατευθύνσεις, την ποιοτική και την ποσοτική μελέτη. Για τους σκοπούς της παρούσας μελέτης επιλέχθηκε η ποιοτική προσέγγιση για την εξέταση της ενασχόλησης αθλητών και αθλητριών με το συγκεκριμένο άθλημα. Σε θέματα κοινωνικού και ανθρωπιστικού περιεχομένου συνηθίζεται η ποιοτική έρευνα, γιατί παρουσιάζει με περιγραφικό τρόπο τα προσωπικά βιώματα των ερωτηθέντων. Ο τρόπος με τον οποίο βιώνουν οι ασκούμενοι την εμπειρία τους στο Ταεκβοντό δε μπορεί να ενταχθεί σε κλίμακα μέτρησης. Στη συγκεκριμένη μελέτη διεξήχθη ποιοτική έρευνα με αθλητές και αθλήτριες χρησιμοποιώντας ημιδομημένες συνεντεύξεις, που αποτελούνταν από 18 ερωτήσεις ανοιχτού τύπου (βλ. παράρτημα ). Αυτές οι συνεντεύξεις βρίσκονταν κάπου ανάμεσα σε δομημένες και μη με ένα προκαθορισμένο σύνολο ερωτήσεων αλλά κάποια ευελιξία στη σειρά και τη ροή της συνομιλίας.

### **6.1.3 Συμμετέχοντες έρευνας**

Το δείγμα της ποιοτικής έρευνας αποτελούνταν από αθλητές και αθλήτριες του TaeKwonDo στην Ελλάδα. Στην έρευνα συμμετείχαν επτά άτομα εκ των οποίων τα τέσσερα ήταν γυναίκες και τα τρία άνδρες με ηλικίες μεταξύ 20 - 28 ετών και κάτοικοι της Θεσσαλονίκης, που ασχολούνται με το άθλημα από 7 έως 16 χρόνια. Οι συμμετέχοντες ήταν ενεργοί αθλητές του Ταεκβοντό, ωστόσο δεν είχαν συμμετάσχει όλοι σε αγώνες TaeKwonDo.

### **6.1.4 Διαδικασία συλλογής δεδομένων**

Μεταξύ των μηνών Δεκεμβρίου του 2022 και Μάρτιου του 2023 διεξήχθη η ποιοτική έρευνα με την λήψη συνεντεύξεων. Οι συνεντεύξεις διεξήχθησαν για διάρκεια περίπου 20 έως 30 λεπτών η καθεμία και έλαβαν χώρα στην Θεσσαλονίκη. Οι ημιδομημένες συνεντεύξεις διεξήχθησαν μόνο μία φορά με το κάθε άτομο. Για τη λήψη των συνεντεύξεων

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

είχε προηγηθεί επικοινωνία με τους συμμετέχοντες, ώστε να πραγματοποιηθεί η επιθυμητή στιγμή ηχογράφησης των συνεντεύξεων με κάθε άτομο ξεχωριστά.

### **6.1.5 Μέθοδος ανάλυσης δεδομένων**

Για την ανάλυση των ποιοτικών δεδομένων επιλέχτηκε ως μέθοδος η θεματική ανάλυση. Η θεματική ανάλυση είναι μία ευρέως διαδομένη και εύχρηστη μέθοδος, που χρησιμοποιείται κατά κόρον σε ποιοτικές αναλύσεις. (Ισαρη & Πουρκός, 2015). Η θεματική ανάλυση χρησιμοποιείται συχνά ως προσέγγιση στην ψυχολογία, σε τομείς της εκπαίδευσης, στον αθλητισμό και γενικότερα στις κοινωνικές επιστήμες. Συνεπώς, θεωρήθηκε πως ταιριάζει στην παρούσα μελέτη. (Braun & Clarke, 2014).

Η βασική αρχή της λειτουργίας στην θεματική ανάλυση είναι να οργανώσει σε άξονες και να απλοποιήσει τα περίπλοκα δεδομένα. Για το σκοπό αυτό προκύπτουν κατηγορίες ή θέματα τα οποία δίνουν σαφή και συγκεντρωτική εικόνα στα ευρήματα. Για να μπορέσει ο ερευνητής να διαχειριστεί τον όγκο των πληροφοριών που δέχεται, προτείνεται η ανάλυση των δεδομένων να γίνεται ταυτόχρονα με την συλλογή δεδομένων. Έτσι, μπορεί ο ερευνητής να συνεχίσει πιο εντατικά την ανάλυση των δεδομένων με το πέρασμα της έρευνας. (Merriam, 2009). Κατά τη συλλογή δεδομένων η θεματική ανάλυση λειτουργεί επαναληπτικά ως «ένα ευέλικτο και χρήσιμο εργαλείο έρευνας, για να παρέχει δυνητικά μια πλούσια και λεπτομερή, αλλά πολύπλοκη, περιγραφή δεδομένων» (Braun & Clarke, 2006, σ. 4) Στην παρούσα εργασία αποφασίστηκε να ακολουθηθούν τα έξι βήματα των Braun και Clarke (2006), τα οποία ωστόσο δεν προϋποθέτουν μια αυστηρά γραμμική πορεία.

Το πρώτο βήμα για να ξεκινήσει η διαδικασία ανάλυσης είναι ο ερευνητής να εξοικειωθεί με το ερευνητικό υλικό. Στην παρούσα εργασία ο ερευνητής εξέτασε τα δεδομένα που συγκεντρώθηκαν, αναζητώντας τις σημαντικές έννοιες που προέκυψαν μέσα από τις απαντήσεις που δόθηκαν, ώστε να εμφανιστούν τα βασικά θέματα και τα επαναλαμβανόμενα μοτίβα στις απαντήσεις των συμμετεχόντων. Αφού επιτεύχθηκε μια γενική και συλλογική κατανόηση των δεδομένων, ο ερευνητής ανέτρεξε στις αρχικές του

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

υποθέσεις, ώστε να καταλάβει εάν τεκμηριώθηκαν τα υποθετικά του πορίσματα. Στη συνέχεια η διαδικασία απαίτησε την κωδικοποίηση των απαντήσεων. Σε αυτό το δεύτερο στάδιο ο ερευνητής βασίστηκε στις αρχικές παρατηρήσεις για το τι απαντούσαν οι συμμετέχοντες σε κάθε ερώτημα. Έτσι, ολοκληρώθηκε ένας αρχικός κώδικας με την εξέταση των συνεντεύξεων γραμμή προς γραμμή. Οι αρχικοί κώδικες οι οποίοι μπορεί να εκφράζουν ένα συναίσθημα, μία ανησυχία, μία πεποίθηση, βοήθησαν στην ερμηνεία των αποτελεσμάτων. Κάθε ξεχωριστό απόσπασμα απαντήσεων μπορεί να περιέχει έναν κώδικα ανεξάρτητα από το ερώτημα που έχει τεθεί. Ο ερευνητής ανέλυσε κάθε ένα ερώτημα ξεχωριστά και νοηματοδότησε τα υποθέματα, δηλαδή, ένα γενικό συμπέρασμα για κάθε ερώτημα. Ο ερευνητής μέσα από αυτή τη διαδικασία κατάφερε να κατανοήσει τις έννοιες και να ερμηνεύσει τα αποτελέσματα, ώστε να καταλήξει σε τέσσερα βασικά θέματα που αντιστοιχούν στα τέσσερα σέτ ερωτημάτων της έρευνας. Ο εντοπισμός και η επιλογή των θεμάτων εναπόκειται στην κρίση του ερευνητή, συνεπώς είναι καθήκον του να απεικονίσει το νόημα των απαντήσεων που έλαβε. Αυτή η διαδικασία καθοδηγείται από συγκεκριμένες θέσεις, επιστημολογικές υποθέσεις και το ευρύτερο ερευνητικό πλαίσιο.

Η έναρξη του τέταρτου σταδίου λαμβάνει χώρα τη στιγμή που έχουν εντοπιστεί τα πιθανά θέματα. Κατά τη διάρκεια αυτής της φάσης θεωρείται απαραίτητη η επανεξέταση των πιθανών θεμάτων, ώστε να ξεκαθαρίσει αν πληρούν τα κριτήρια που απαιτούνται για συμπερίληψη. Τα δεδομένα θα πρέπει να είναι επαρκή, ώστε να υποστηρίξουν τις έννοιες που αναδεικνύονται. Στο σημείο αυτό, αν εντοπιστούν σημαντικές διαφορές στα δεδομένα, θα πρέπει να δημιουργηθούν νέα θέματα, ενώ αν εντοπιστούν οι ίδιες έννοιες σε ξεχωριστά θέματα, ο ερευνητής μπορεί να τα συγχωνεύσει. Κατά την αξιολόγηση των θεματικών κατηγοριών είναι πλεονεκτικό να ληφθούν υπόψη τα δύο κύρια κριτήρια του Patton (1990), η εσωτερική συνέπεια και η εξωτερική ετερογένεια.

Προκειμένου να εξασφαλιστεί η συνοχή των θεμάτων, είναι επιτακτική η ανάγκη να δημιουργηθούν αναγνωρίσιμα και σαφή θέματα τα οποία διαφέρουν μεταξύ τους. Αυτό το στάδιο ανάλυσης αφιερώνεται στην αναθεώρηση και στην βελτίωση των τελικών θεμάτων. Εδώ εξετάζεται εάν οι κώδικες δημιουργούν ένα συνεκτικό μοτίβο σε κάθε απόσπασμα. Εφόσον αυτό επιτυγχάνεται η ανάλυση προχωρά σε δεύτερο επίπεδο αυτού του σταδίου

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

όπου εντοπίζονται κάθετα και οριζόντια οι κώδικες και τα μοτίβα που αναδείχθηκαν στις θεματικές ενότητες.

Αφού δημιουργηθεί ο τελικός θεματικός χάρτης των δεδομένων, ξεκινά το πέμπτο στάδιο ανάλυσης. Κατά τη διάρκεια αυτού του σταδίου η δουλειά του ερευνητή είναι να εμβαθύνει στην ουσία και στο νόημα του κάθε θέματος. Ως αποτέλεσμα οφείλει να προσδιορίσει τις διαστάσεις των δεδομένων που έχει λάβει. Στη συνέχεια ο ερευνητής διεξάγει μια ολοκληρωμένη ανάλυση για κάθε μεμονωμένο θέμα, προσδιορίζοντας τη μοναδική ιστορία που αφηγείται και τη συνάφειά της με τη συνολική ιστορία των ερευνητικών δεδομένων στο πλαίσιο των ερευνητικών ερωτημάτων. Είναι σημαντικό να αποφευχθεί η επικάλυψη μεταξύ των θεμάτων και να αναγνωριστεί η ύπαρξη υποθεμάτων. Τα υποθέματα κάθε ερωτήματος στην παρούσα εργασία εμφανίζονται στην ανάλυση ως το γενικό συμπέρασμα κάθε ερωτήματος. Μέσω της ανάλυσης από τα παραπάνω στάδια παρατίθενται τα τελικά θέματα της έρευνας:

A) Το Ταεκβοντό είναι τρόπος ζωής

Από το πρώτο κιόλας ερώτημα προκύπτει πως οι ασκούμενοι του Ταεκβοντό αντιλαμβάνονται την ενασχόλησή τους με το άθλημα ως ένα μέσο που τους μαθαίνει τον τρόπο που πρέπει να ζουν. Στις περισσότερες περιπτώσεις φάνηκε πως η οικογένεια λειτουργεί ως μέσο παρακίνησης για τη συμμετοχή στο άθλημα του Ταεκβοντό. Σύμφωνα με τις απαντήσεις προέκυψε πως πολλοί ασκούμενοι επέλεξαν το Ταεκβοντό κι όχι κάποιο άλλο μαχητικό άθλημα διότι το Ταεκβοντό ήταν το πιο δημοφιλές μαχητικό άθλημα. Επιπλέον, μέσα από τις απαντήσεις βγήκε το συμπέρασμα πως το Ταεκβοντό είναι ένα συμπαθές άθλημα στο κοινωνικό περιβάλλον των αθλητών του. Συγκεκριμένα η οικογένεια και οι φίλοι έχουν θετική εικόνα για το άθλημα, ενώ σε μερικές περιπτώσεις είναι αυτοί που παρακινούν τους υποψήφιους αθλητές να ασχοληθούν με το Ταεκβοντό κι όχι με κάποιο άλλο άθλημα. Στη συνέχεια των ερωτημάτων φαίνεται ξεκάθαρα πως ο λόγος που παραμένουν οι ασκούμενοι στο άθλημα είναι γιατί η εμπειρία στο Ταεκβοντό τους διδάσκει μία διαφορετική φιλοσοφία, την οποία ασπάζονται και καθορίζει τον τρόπο ζωής τους. Συνεπώς, το Ταεκβοντό είναι μέρος της ταυτότητας των ασκούμενων του και ως αποτέλεσμα



*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

δεν θέλουν να αποσυρθούν από το άθλημα. Συμπερασματικά, το Ταεκβοντό φάνηκε να αλλάζει τη ζωή των μαθητών του.

Β) Η αγάπη για το άθλημα και οι αξίες του είναι τα κίνητρα παραμονής των αθλητών στο Ταεκβοντό.

Όπως αναφέρθηκε, ο τρόπος ζωής που διδάσκεται στο Ταεκβοντό είναι η κινητήριος δύναμη παραμονής των ασκούμενων στο Ταεκβοντό. Οι ασκούμενοι στο Ταεκβοντό δεν φαντάζονται τη ζωή τους χωρίς το άθλημα στην καθημερινότητά τους, έτσι δεν θέλουν να αποσυρθούν από το άθλημα. Ωστόσο, υπάρχουν φαινόμενα πρόωρης εγκατάλειψης των αθλητών. Τα αίτια εντοπίζονται κυρίως σε τραυματισμούς, οικονομικούς και ψυχολογικούς παράγοντες.

Γ) Το Ταεκβοντό αφορά όλους τους ανθρώπους

Η πλειοψηφία των ασκούμενων στο Ταεκβοντό είναι άντρες. Αυτό συμβαίνει διότι σύμφωνα με τα στερεότυπα της κοινωνίας οι άντρες πιστεύουν πως τους ταιριάζει περισσότερο καθώς είναι μαχητικό άθλημα. Αντιθέτως οι γυναίκες έρχονται δυσκολότερα σε επαφή με κάποιο μαχητικό άθλημα, γι αυτό και δεν το επιλέγουν με την ίδια συχνότητα σε σύγκριση με τους άνδρες. Ωστόσο, όποιος άνθρωπος έρθει σε επαφή με το άθλημα αντιλαμβάνεται πως, ενώ το Ταεκβοντό είναι μία πολεμική τέχνη, είναι λάθος να χαρακτηρίζεται ως ανδρικό άθλημα. Πιο συγκεκριμένα το Ταεκβοντό είναι ένα άθλημα το οποίο λόγω της φιλοσοφίας του και των αξιών του εξαλείφει τις ανισότητες και τις διακρίσεις. Ως εκ τούτου, παρά το γεγονός πως η κοινωνία το κατατάσσει στα ανδρικά αθλήματα, οι ασκούμενοί του υποστηρίζουν πως το Ταεκβοντό δεν έχει φύλο και απευθύνεται σε όλους ανεξάρτητα από το φύλο ή την ηλικία.

Δ) Το Ταεκβοντό, ένα σύγχρονο Ολυμπιακό άθλημα.

Είναι γεγονός πως η εισαγωγή του Ταεκβοντό στους Ολυμπιακούς Αγώνες έδωσε νέα πνοή στο άθλημα. Το Ταεκβοντό τα τελευταία 20 χρόνια μετατράπηκε από μία πολεμική τέχνη σε ένα σύγχρονο Ολυμπιακό άθλημα. Οι τροποποιήσεις στο κανονιστικό πλαίσιο μετέβαλαν τον τρόπο παιχνιδιού δίνοντας του χαρακτηριστικά ενός σύγχρονου αγωνίσματος με πολλαπλές εναλλαγές πόντων. Μέσα από τις αλλαγές στο κανονιστικό πλαίσιο αναδεικνύεται πως τα λακτίσματα στο κεφάλι είναι το κλειδί της νίκης στους αγώνες Ταεκβοντό. Συμπερασματικά,

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

για χάρη του θεάματος που επιβάλλουν οι Ολυμπιακοί Αγώνες το Ταεκβοντό τις δύο τελευταίες δεκαετίες μετατράπηκε από πολεμική τέχνη σε ένα σύγχρονο Ολυμπιακό αγώνισμα.

Το έκτο στάδιο ξεκινά με τη συγκέντρωση όλων των πλήρως ανεπτυγμένων θεμάτων που αναδείχθηκαν μέσα από το ερευνητικό υλικό. Σε αυτό το στάδιο εμφανίζεται η τελική ανάλυση και η σύνθεση των ευρημάτων. Ο στόχος εδώ είναι ο ερευνητής να αφηγηθεί την περίπλοκη ιστορία των δεδομένων με τρόπο που να πείθει τον αναγνώστη για τη σημασία και την ακρίβεια της ανάλυσής τους. Η σύνθεση της ανάλυσης μαζί με τις εξαγωγές δεδομένων πρέπει να προσφέρει μια συνεπή, σαγηνευτική και ορθολογική ιστορία, που συνδέει τα δεδομένα με τα θέματα χωρίς καμία επανάληψη.

## **Κεφάλαιο 7<sup>ο</sup>**

### **7.1 Αποτελέσματα**

#### **7.1.1 Ενασχόληση με το άθλημα του TaeKwonDo**

Το πρώτο μέρος της έρευνας διερεύνησε τις απόψεις των συμμετεχόντων σχετικά με την ενασχόλησή τους με το άθλημα του TaeKwonDo. Αρχικά οι συμμετέχοντες ρωτήθηκαν «ποια είναι η σχέση τους με το άθλημα του Taekwondo». Όπως αναφέρθηκε, το σύνολο των συμμετεχόντων υποστήριξε ότι είναι πολύ δεμένοι με το άθλημα και έχουν μια σχέση σημαντική. Όλοι ασχολούνται αρκετά χρόνια με το ταεκβοντό και, όπως αναφέρθηκε, τους δίνει αυτοπεποίθηση, τους γεμίζει σε προσωπικό και κοινωνικό επίπεδο και γενικά είναι τρόπος ζωής για τους αθλητές. Αν και σημαντικό ποσοστό των συμμετεχόντων έχει σταματήσει τον πρωταθλητισμό, συνεχίζει να ασχολείται με το άθλημα για να γυμνάζεται. Αυτό που εντοπίζεται σε όλες τις απαντήσεις είναι πως οι αθλητές ασκούνται από μικρή ηλικία. Όμως, το σημαντικότερο στοιχείο των κοινών απαντήσεων που έδωσαν φανερώνει πως το Ταεκβοντό δεν αποτελεί απλώς ένα άθλημα, αλλά αποτελεί τρόπο ζωής για τους αθλητές του. Συνεπώς, από την πρώτη ερώτηση προκύπτει ως ενότητα πως το Ταεκβοντό είναι τρόπος ζωής. Ενδεικτικές απαντήσεις που δόθηκαν είναι οι εξής:

*Σ1: «Η σχέση με το ταεκβοντό είναι υπέροχη. Κάνω από τα εφτά μου. Όταν ξεκίνησα είναι η αλήθεια, όταν ήμουνα πολύ μικρή δεν μου άρεσε τόσο γιατί όλα τα κορίτσια στην τάξη μου πήγαινα μπαλέτο. Μετά από μια επίδειξη που είχαμε και είχαμε σπάσει ξύλα, όταν ένα κοριτσάκι πρώτη δημοτικού σπάει ξύλα και νιώθει δυνατή σε σχέση με τα κορίτσια του*

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

*μπαλέτου που απλά χορεύουνε και μου είχε ανέβει πάρα πολλή αυτοπεποίθηση. Οπότε, μετά από αυτό το λάτρεψα και για μένα πλέον είναι τρόπος ζωής.»*

*Σ3: «Η σχέση μου με το άθλημα Συγκεκριμένα, τάεκβονντο είναι μια σχέση που κρατάει αρκετά χρόνια. Είμαι αθλήτρια για περισσότερο από 15 χρόνια. Και μπορώ να πω ότι το ταεκβοντό είναι πλέον κομμάτι της ζωής μου. Είναι ένα άθλημα που με έχει επηρεάσει τόσο σε προσωπικό όσο και σε κοινωνικό επίπεδο.»*

*Σ6: «Είμαι αθλητής του taekwondo και ασχολούμαι αρκετά χρόνια με το άθλημα. Έχω κατέβει και σε αγώνες, αλλά τα τελευταία χρόνια πηγαίνω για να κρατιέμαι σε φόρμα.»*

Στο δεύτερο ερώτημα «τι σας παρακίνησε να ασχοληθείτε με το Ταεκβοντό», εμφανίζεται ξανά το γεγονός πως οι αθλητές ασκούνται από μικρή ηλικία. Αναφορικά με το έναυσμα ώστε να ασχοληθούν με το Taekwondo, όλοι οι συμμετέχοντες ανέφεραν ότι δεν ήταν δική τους επιλογή. Πιο συγκεκριμένα, πέντε αθλητές παρακινήθηκαν από κάποιο συγγενικό τους πρόσωπο για να ασχοληθούν με το άθλημα και οι υπόλοιποι δύο από φιλικό πρόσωπο το οποίο ήδη ασχολούνταν με το ίδιο άθλημα. Επίσης, υποστηρίχθηκε από σημαντική μερίδα συμμετεχόντων ότι οι γονείς τους ήθελαν να ασχοληθούν με το ταεκβοντό για να μπορούν να ανταπεξέλθουν σε ενδεχόμενες δύσκολες καταστάσεις και να υπερασπιστούν τον εαυτό τους ή απλά για να ασχοληθούν με ένα άθλημα πολεμικών τεχνών. Παρόλα αυτά, όλοι οι συμμετέχοντες αγάπησαν το άθλημα μέσα από την τριβή τους με αυτό και πολλοί από αυτούς ασχολήθηκαν και σε επίπεδο πρωταθλητισμού. Ως συμπέρασμα προκύπτει πως κυρίως η οικογένεια λειτουργεί ως μέσον παρακίνησης για ενασχόληση με το Ταεκβοντό. Ενδεικτικές απαντήσεις που δόθηκαν είναι οι εξής:

*Σ3: «Με παρακίνησε η οικογένειά μου. Συγκεκριμένα, ο πατέρας μου. Όταν ήμουν μικρή έψαχνα με κάτι να ασχοληθώ ήμουν πολύ δραστήριο παιδί. Και αντιμετώπιζα κάποια προβλήματα στο σχολικό περιβάλλον με άλλα παιδιά που μπορεί να μαλώναμε η να τσακωνόμασταν και γενικά ήμουν πολύ νευρική. Τότε οι γονείς μου συμβουλευτήκαν κάποιον ειδικό και τους πρότεινε να γραφτώ σε κάποιο άθλημα ώστε να μπορώ να εκτονώνομαι. Ήμουν καλή σε αρκετά αθλήματα στο σχολείο. αλλά προτιμήσαμε ένα μαχητικό άθλημα. Και κάπως*

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

*έτσι ενημερώθηκε ο πατέρας μου για το τι υπάρχει στην περιοχή και μου είπε να πάω να δοκιμάσω το ταεκβοντό. και έτσι ξεκίνησα.»*

*Σ5: «Κάποια στιγμή στο σχολείο στην τρίτη δημοτικού έκανε ταεκβοντό ένα συμμαθητής μου και είχαν έρθει στο σχολείο να κάνουν μία επίδειξη με την σχολή του. Ε μας είχαν παρουσιάσει τότε διάφορα χτυπήματα και έσπαγαν και ξύλα και μου κέντρισε το ενδιαφέρον το άθλημα και το είπα στην μητέρα μου και αποφάσισε να με στείλει.»*

*Σ6: «Λοιπόν, για αρχή ήταν επιλογή του μπαμπά μου και της μαμάς μου θέλαν να ξέρω πολεμικές τέχνες, αλλά μετά στην πορεία, όπως είπα και προηγουμένως το αγάπησα και μου αρέσει πάρα πολύ στην κοινωνία που ζούμε με όλα αυτά που βλέπουμε, που ξέρω πολεμικές τέχνες και ξέρω να αμυνθώ σε περίπτωση, μακάρι να μην τύχει κάτι, αλλά σε περίπτωση που τύχει κάτι ξέρω να υπερασπιστώ τον εαυτό μου.»*

Στη συνέχεια, οι συμμετέχοντες κλήθηκαν να αναφέρουν «τι σας παρακίνησε να ασχοληθείτε με το Ταεκβοντό και όχι κάποιο άλλο μαχητικό άθλημα.» Σύμφωνα με όσα ανέφεραν οι συμμετέχοντες το ταεκβοντό δεν είναι τόσο επικίνδυνο άθλημα όσο είναι για παράδειγμα το κικ μπόξινγκ και ιδιαίτερα για τα κορίτσια. Το ταεκβοντό τους μαθαίνει να αμύνονται, χωρίς να είναι βάρβαρο. Επίσης, υποστηρίχθηκε ότι ασχολήθηκαν οι συμμετέχοντες με το συγκεκριμένο άθλημα, καθώς στην περιοχή τους δεν υπήρχε κάποια άλλη πολεμική τέχνη. Άλλος λόγος που αναφέρθηκε ήταν για να αθληθούν αλλά και να κοινωνικοποιηθούν, δεδομένου ότι και φιλικά τους πρόσωπα ήδη ασχολούνταν με το Taekwondo και ήταν μια καλή ευκαιρία για συνάντηση. Από τις απαντήσεις των συμμετεχόντων προκύπτει πως το ταεκβοντό έχει μεγαλύτερη απήχηση στον κόσμο καθώς υπάρχουν περισσότερες σχολές συγκριτικά με άλλα μαχητικά αθλήματα. Ιδιαίτερο ενδιαφέρον προκαλεί το γεγονός πως οι συμμετέχοντες που προέρχονται από την επαρχία δεν είχαν στον τόπο τους σχολή ενός άλλου μαχητικού αθλήματος. Από το τρίτο ερώτημα προκύπτει το συμπέρασμα πως το Ταεκβοντό είναι το πιο δημοφιλές μαχητικό άθλημα. Ενδεικτικές απαντήσεις που δόθηκαν είναι οι εξής:

*Σ1: «Λοιπόν, το ταεκβοντό δεν είναι τόσο επικίνδυνο σε εισαγωγικά όσο είναι παράδειγμα το κικ μπόξινγκ και αυτά. Και θεωρώ ότι για τα κορίτσια είναι το ιδανικό, γιατί σου μαθαίνει να*

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

*αμύνεσαι, αλλά δεν είναι αυτό το βάρβαρο, το βίαιο να γυρνάς στο σπίτι με σπασμένες μύτες, αίματα και λοιπά και είναι και κάτι που δεν μου αρέσει για εικόνα κοριτσιών, να γυρνάνε έτσι και επίσης επειδή έχω και σκοπό αύριο μεθαύριο και με τα παιδιά μου να τα γράψω, θα πήγαινα ταεκβοντό δεν θα τα πήγαινα σε κάποιο άλλο μαχητικό άθλημα.»,*

*Σ3: «Η αλήθεια είναι ότι ο λόγος που επέλεξα να το ταεκβοντό και όχι κάποιο άλλο μαχητικό άθλημα είναι γιατί στην ουσία δεν είχαμε κάποιο άλλο άθλημα, κάποιο άλλο μαχητικό άθλημα στην περιοχή. Κατάγομαι από μια μικρή πόλη και οι επιλογές μου ήταν ή να γραφτώ σε κάποιο ομαδικό ή να πάω σε ένα ατομικό άθλημα και λόγω όσων ανέφερα πιο πάνω γράφτηκα αναγκαστικά στο ΤάεΚβον Ντο. Δεν υπήρχε κάποιο άλλο μαχητικό άθλημα στην περιοχή. Αυτός είναι ο λόγος που δεν ήμουν ποτέ ανάμεσα σε κάποιο άλλο και στη συνέχεια το αγάπησα.»,*

*Σ7: «Στα είπα πριν ήταν η φίλη μου εκεί και το πιο σημαντικό ήταν κοντά μου, κοντά στην περιοχή μου και ήθελα να το δοκιμάσω αφού είχα εκεί παρέα. Είχα λόγο για να πάω για να περάσω την ώρα μου κι εγώ με την παρέα μου, να βγω από το σπίτι μου, να ξεφύγω από το διάβασμα. Και ήθελα να κάνω κάτι διαφορετικό και για το σώμα και για τη ζωή μου γενικά.»*

Ακολούθως, η έρευνα ανέδειξε τη σημασία του Taekwondo στη ζωή των συμμετεχόντων και το ρόλο που διαδραματίζει για τους ίδιους. Συγκεκριμένα οι ερωτηθέντες απάντησαν στο ερώτημα «Τι σημαίνει για εσάς το Ταεκβοντό». Σύμφωνα με τις απαντήσεις που δόθηκαν αναδεικνύεται η σημαντικότητα του αθλήματος στις ζωές όλων των συμμετεχόντων. Αναφέρθηκε πως το Ταεκβοντό αποτελεί μέσο πειθαρχίας και είναι ένας τρόπος ζωής. Είναι ένα άθλημα που τους έχει διδάξει αξίες, είναι ένας τρόπος για να βρίσκουν τον εαυτό τους. Η πειθαρχία που διδάσκει το Ταεκβοντό είναι κάτι που καθορίζει τη ζωή των ασκούμενων, τόσο την προσωπική όσο και την εργασιακή. Επίσης αναφέρθηκε ότι απλά είναι ένας τρόπος ζωής και άθλησης που δοκίμασαν, τους άρεσε και το συνέχισαν μέχρι και σήμερα. Συμπερασματικά από τις απαντήσεις προκύπτει πως το Ταεκβοντό επηρεάζει άμεσα την προσωπικότητα του ασκούμενου και διαμορφώνει τον χαρακτήρα του και τον τρόπο με τον οποίο επιλέγει να ζει. Συνεπώς, το Ταεκβοντό καθορίζει τον τρόπο ζωής των ασκούμενων του. Ενδεικτικές απαντήσεις που δόθηκαν είναι οι εξής:

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

Σ2: «Αυτή είναι μια περίεργη ερώτηση. Θα μπορούσα να μιλάω. Για ώρες. Θα πρέπει να περιγράψω όλη μου τη ζωή για να σου πω τι σημαίνει για μένα το ταεκβοντό. Τώρα με πετυχαίνεις και σε μια περίοδο περίεργη όπου σκέφτομαι ίσως να σταματήσω. Εγώ έχω μεγαλώσει μέσα από αυτό το άθλημα, όλες μου οι παρέες ήταν πάντα από τη σχολή, όλες τις εκδρομές που πήγαίνα ήταν με τη σχολή. Πηγαίναμε σε πάρα πολλούς αγώνες, έχω γυρίσει σχεδόν όλη την Ελλάδα και πολλά μέρη της Ευρώπης. Για μένα το σχολείο ήταν πάντα σε δεύτερη μοίρα σε σχέση με τον Σύλλογο. Αλλά είναι ένα άθλημα που έχει πάρα πολλή πίεση. Είναι πάρα πολύ σκληρό και με έχει κάνει στη ζωή μου να κλάψω υπερβολικά. Από την άλλη, κάθε φορά που παίρνεις ένα μετάλλιο, τα ξεχνάς όλα. Το μεγαλύτερο μέρος της ζωής μου σχετίζεται με το ΤάεΚβον Ντο. Όλα γύρω μου έχουν να κάνουν με το ταεκβοντό. Στο σπίτι μιλάμε συνέχεια για αυτό στη σχολή περνάω τις περισσότερες μου ώρες Αλλά και στο σχολείο πάντα με αντιμετώπιζαν σαν την πρωταθλήτρια του ταεκβοντο. Ο καθένας έχει μία ταυτότητα. Η δικιά μου ήταν αυτή.»,

Σ3: «Για μένα το ταεκβοντό είναι στην ουσία ένα κομμάτι της ζωής μου. Είναι ένα άθλημα που με έχει επηρεάσει σε όλους τους τομείς. Και θεωρώ ότι αν δεν είχα πάει στο ταεκβοντο θα ήμουν ένας άλλος άνθρωπος. Θυμάμαι χαρακτηριστικά πως όταν ήμουν μικρή δεν είχα καθόλου αυτοπεποίθηση. Και μέσα από την προπόνηση και τα όσα πρεσβεύει το άθλημα κατάφερα να αναπτυχθώ και να πλάσω τον σημερινό μου χαρακτήρα. Το ταε κβο ντο μού έχει μάθει να έχω αυτοπεποίθηση να μπορώ να περπατάω στο δρόμο χωρίς να φοβάμαι. ΕΕ Τι άλλο ; Δεν ξέρω. Θα μπορούσα να πω πάρα πολλά. Για μένα δεν είναι ένα απλό άθλημα, είναι μια τέχνη, ένα κομμάτι μου, μια αγάπη μου. Ο ρόλος του δεν είναι συγκεκριμένος. Στην ουσία είναι ένα μέσο για να γυμνάζομαι. Από την άλλη έχει και ένα κοινωνικό χαρακτήρα. Μέσα από το ταεκβοντό γνώρισα την καλύτερή μου φίλη. Απέκτησα παρέες, πήγα ταξίδια. Είναι ένα άθλημα το οποίο με βοήθησε να εξελιχθώ σαν άνθρωπος. Αυτή τη στιγμή μετά από τα χρόνια που έχουν περάσει στην παρούσα φάση της ζωής μου το έχω απλά για να γυμνάζομαι, καθώς έτσι έχω μεγαλώσει, έχω μάθει να γυμνάζομαι μέσα από το ΤάεΚβον Ντο. Δεν θα μπορούσα να φανταστώ να πηγαίνω σε ένα γυμναστήριο να κάνω βάρη χωρίς να κερδίζω πνευματικά και ψυχικά κάτι μέσα από τη γυμναστική.»,

Σ4: «Το Taekwondo για μένα είναι μία σχέση αγάπης και μίσους. Ίσως αυτό να είναι ο καλύτερος τρόπος για να το περιγράψω. Κάποτε ήταν όλη μου η ζωή πλέον είναι ένας τρόπος

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

για να αθλούμαι και ένα κίνητρο για να ασχολούμαι με κάτι άλλο πέρα από την δουλειά μου. Ο ρόλος του τώρα δεν είναι σημαντικός. Έχω συμφιλιωθεί με το γεγονός ότι σταμάτησα τον πρωταθλητισμό. Ξέρεις όταν στα 16 μου είπαν οι γιατροί να το σταματήσω για ένα χρόνο έπεσα σε κατάθλιψη. Ήταν η στιγμή που ήμουν στο απόγειο . Προετοιμαζόμασταν για το παγκόσμιο πρωτάθλημα τότε ήμουν στα καλύτερα μου μέχρι που μία μέρα δεν μπορούσα άλλο να περπατήσω ήταν τόσο μεγάλη η δίψα για να κατακτήσω ένα μετάλλιο σε μία μεγάλη διοργάνωση που αγνοούσα το σώμα μου και τον πόνο που ένιωθα. Για αρκετό καιρό κούτσαινα και εγώ δεν το καταλάβαινα. Νόμιζα πως φταίει η κούραση, οι 6 ώρες προπόνησης που έκανα κάθε μέρα. Εεε και έτσι η μεγαλύτερη μου αγάπη το μοναδικό μου όνειρο γκρεμίστηκε έγινε θυμός και απογοήτευση. Εκείνη την περίοδο τίποτα δεν είχε νόημα πέρα από το ότι δεν μπορούσα πια να κατέβω σε αγώνες.».

Στην επόμενη ερώτηση οι συμμετέχοντες απάντησαν στο ερώτημα «ποιος είναι ο ρόλος του Ταεκβοντό στη ζωή σας». Σε αυτή την ερώτηση παρατηρήθηκε πως οι απαντήσεις συγκλίνουν με προηγούμενα ερωτήματα. Πιο συγκεκριμένα, οι ερωτηθέντες τόνισαν την σημαντικότητα του αθλήματος στη ζωή τους και πώς τους έχει καθορίσει. Η ενασχόληση με το άθλημα φαίνεται να έχει αντίκτυπο σε όλες τις πτυχές της ζωής τους. Σύμφωνα με τις απαντήσεις το Ταεκβοντό φαίνεται να επηρεάζει ακόμα και την εργασιακή ζωή των συμμετεχόντων. Το θέμα που αναδεικνύεται είναι πως το Ταεκβοντό είναι μέρος της ταυτότητας των ασκούμενων του. Ενδεικτικές απαντήσεις που δόθηκαν είναι οι εξής:

Σ2: «Το μεγαλύτερο μέρος της ζωής μου σχετίζεται με το Ταεκβοντό. Όλα γύρω μου έχουν να κάνουν με το Ταεκβοντό. Στο σπίτι μιλάμε συνέχεια γι αυτό, στη σχολή περνάω τις περισσότερες μου ώρες. Αλλά και στο σχολείο πάντα με αντιμετωπίζουν σαν την πρωταθλήτρια του Ταεκβοντό. Ο καθένας από εμάς έχει μία ταυτότητα. Η δικιά μου είναι αυτή.»

Σ4: «Εγώ μέσα από το Ταεκβοντό τα τελευταία δέκα χρόνια ασχολούμαι και με τον πρωταθλητισμό. Κατεβαίνω σε πανευρωπαϊκά σε παγκόσμια και πανελλήνια εννοείται πρωταθλήματα οπότε, πλέον μέσω αυτού το βλέπω και επαγγελματικά και έχει παίξει ένα πολύ σημαντικό ρόλο στη ζωή μου επειδή, διδάσκω κιόλας και σε παιδάκια.»



*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

*Σ5: «Σίγουρα με έχει βοηθήσει πάρα πολύ στη δουλειά μου. Εργάζομαι στο στρατό και είναι πολύ σημαντικό να μπορώ να ελέγξω το σώμα μου, τη δύναμή μου. Και να ξέρω οποιαδήποτε στιγμή ότι και να συμβεί ότι μπορώ να τα καταφέρω. Με βοήθησε πάρα πολύ τον πρώτο καιρό γιατί ήμουν σε καλή φόρμα και κατάφερα να τελειώσω πιο εύκολα τη σχολή σε σχέση με τους άλλους που δεν είχαν επαφή με μαχητικά αθλήματα».*

Εν συνεχεία οι συμμετέχοντες ρωτήθηκαν «παρατηρήσατε αλλαγές στη ζωή σας λόγω της ενασχόλησής σας με το Ταεκβοντό». Στη συγκεκριμένη ερώτηση που διερευνούσε τις αλλαγές στη ζωή των συμμετεχόντων λόγω της ενασχόλησής τους με το Taekwondo, αναφέρθηκε ότι οι συμμετέχοντες ανέπτυξαν σημαντικά την πειθαρχία τους σε σχέση με τους συνομηλίκους τους. Λόγω της ενασχόλησής τους με το Taekwondo δεν πίνουν αλκοόλ, δεν καπνίζουν, και γενικά έχουν υιοθετήσει στη ζωή τους έναν υγιεινό τρόπο ζωής τον οποίο δεν αλλάζουν. Μέσα από το άθλημα έγιναν δυνατοί, ωρίμασαν πιο γρήγορα, απέκτησαν ένα δυνατό σώμα και απέκτησαν αυτοπεποίθηση. Επίσης, το Taekwondo τους βοήθησε να μην φοβούνται στο δρόμο και στις δύσκολες καταστάσεις της ζωής. Από την άλλη αναφέρθηκε ότι σίγουρα θα ήταν πολύ διαφορετική η ζωή τους αν δεν πήγαιναν στο ΤάεΚβον ντο. Πιο συγκεκριμένα, αναφέρθηκαν οι δυσκολίες του αθλήματος και ειδικά για όσους έκαναν πρωταθλητισμό. Οι στερήσεις και οι περιορισμοί ήταν πολλοί και ως παιδιά δεν ζούσαν μια ζωή όπως τα υπόλοιπα παιδιά που δεν έκαναν πρωταθλητισμό. Το άθλημα φαίνεται να μεταβάλλει και να καθορίζει τις συνήθειες των ασκούμενων σύμφωνα με τα χαρακτηριστικά και τη φιλοσοφία του αθλήματος. Σύμφωνα με τους ερωτηθέντες η ενασχόληση με το Ταεκβοντό αναδιαμορφώνει τη ζωή των αθλητών, καθώς όλοι έχουν παρατηρήσει σημαντικές αλλαγές στη ζωή τους. Ως συμπέρασμα προκύπτει πως το Ταεκβοντό αλλάζει τη ζωή των μαθητών του. Ενδεικτικές απαντήσεις που δόθηκαν είναι οι εξής:

*Σ3: «Θα πω με βεβαιότητα ότι η ζωή μου θα ήταν τελείως διαφορετική αν δεν υπήρχε το ταεκβοντό. Το ταεκβοντό μου έχει προσφέρει τις πιο χαρούμενες και τις πιο λυπημένες να το πω στιγμές της ζωής μου. Υπήρχε κάποια περίοδος που το μόνο που με ένοιαζε ήταν να κάνω προπόνηση και να κερδίζω τους αγώνες. Δεν μπορούσα να ασχοληθώ με τίποτα άλλο. Δεν είχε τίποτα σημασία εκτός από τη νίκη. Δεν με ενδιέφερε αν θα αφιερώνω και όλη μου τη μέρα στην προπόνηση. Επομένως μπορώ να πω με βεβαιότητα πως αν δεν υπήρχε το ταεκβοντό δεν ξέρω*

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

*τι πορεία θα είχα σχηματίσει και πώς θα είχα εξελιχθεί σαν άνθρωπος. Βέβαια προσωπικά θεωρώ πως με έχει στιγματίσει. Καθώς υπήρχαν στιγμές που ένιωθα ότι δεν έχει κάτι άλλο νόημα πέρα από το να είμαι καλίστο άθλημα του ΤάεΚβον ντο. Εντάξει, η πιο σημαντική αλλαγή θεωρώ πως ήταν όταν ήμουν μικρή που στην ουσία μπορούσα να ηρεμήσω σαν άνθρωπος μέσα από την προπόνηση. Σταμάτησα να είμαι επιθετική και νευρική και μέσα από την προπόνηση εκτόνωνα τα νεύρα και όλα τα συναισθήματα μου.»*

*Σ5: «Νομίζω ότι το ταεκβοντό με έκανε να μεγαλώσω πιο γρήγορα. Από παιδί μου λέγανε ότι είμαι πολύ ώριμος για την ηλικία μου. Πιστεύω αυτή η διαφορά έχει να κάνει με τις αξίες που μου έμαθε το άθλημα. Και με αρέσει που έχω ένα πολύ δυνατό σώμα και νιώθω ότι μπορώ να προστατέψω την οικογένεια μου αν συμβεί κάτι στο σπίτι.»*

*Σ6: « Η πρώτη αλλαγή ήρθε τον πρώτο χρόνο. Δεν το καταλάβαινα τότε αλλά μπορώ να πω με σιγουριά πως μου έδωσε τρομερή αυτοπεποίθηση .Είχα περισσότερο θάρρος σαν παιδί και περισσότερες κατακτήσεις. Γιατί ήμουν δημοφιλής ξαφνικά στο σχολείο, λόγω κάποιων διακρίσεων που είχα σε αγώνες. Γενικά η ενασχόληση με το άθλημα, πειθαρχία που μου δίδαξε καθόρισε τον ενήλικό μου χαρακτήρα.», Σ7: «Φυσικά και παρατήρησα. Δεν φοβάμαι στον δρόμο. Νιώθω μια ασφάλεια. Ε ξέρω να διαχειριστώ κάποιες καταστάσεις στη ζωή μου που μπορεί να προκύψουν Είδα κάποιες αλλαγές είναι πιο δυνατό το σώμα και έχω μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση. Αυτός ήταν και ο λόγος που ξεκίνησα. Γενικά είμαι πολύ ήρεμο άτομο γιατί μέσα από το ταεκβοντό ξεσπάω και μπορώ να ελέγξω τα νεύρα μου στην καθημερινότητά μου και σε καταστάσεις που προκύπτουν.»*

Στο τέλος του πρώτου κύκλου ερωτήσεων, οι συμμετέχοντες ρωτήθηκαν «ποια πιστεύετε πως είναι η γνώμη των συγγενών και των φίλων σας για το άθλημα». Η πλειοψηφία των συμμετεχόντων ανέφερε πως οι οικείοι τους είχαν θετική γνώμη για το άθλημα. Τους στήριζαν και τους καμάρωναν και γενικά έχουν σχηματίσει πολλή καλή άποψη για το ταεκβοντό. Από την άλλη, υπήρχαν και οι λίγο πιο διστακτικοί, ιδιαίτερα οι μητέρες, που φοβόντουσαν για τα χτυπήματα, λόγω της σωματικής επαφής που επιβάλλει το άθλημα. Επίσης, αναφέρθηκε και μια διάκριση ως προς το φύλο των συμμετεχόντων και μια γυναίκα αθλήτρια ανέφερε ότι αντιμετώπισε αντιδράσεις για το γεγονός ότι ήταν κορίτσι και ασχολήθηκε με ένα γενικά ανδροκρατούμενο και βίαιο άθλημα.. Ωστόσο, στις απαντήσεις

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

φάνηκε πως ο περίγυρος των ερωτηθέντων πιστεύει πως είναι ένα χρήσιμο άθλημα διότι διδάσκει αυτοάμυνα η οποία, κυρίως για τις γυναίκες, τη σημερινή εποχή θεωρείται απαραίτητη. Σε γενικές γραμμές σύμφωνα με τις απαντήσεις που δόθηκαν, φαίνεται πως το Ταεκβοντό είναι ένα αγαπητό άθλημα στο περιβάλλον των αθλητών του. Συμπεριληπτικά μπορεί να τυπωθεί πως το Ταεκβοντό είναι ένα συμπαθές άθλημα και στο κοινωνικό περιβάλλον των αθλητών του. Ενδεικτικές απαντήσεις που δόθηκαν είναι οι εξής:

Σ1: «Προσωπικά η γνώμη των συγγενών μου για αυτό το συγκεκριμένο άθλημα είναι η καλύτερη διότι έχουνε δει ότι μέσα από αυτό επειδή πάω και εγώ ο αδερφός μου ότι έχουμε γίνει, ότι είμαστε παιδιά που έχουμε αξίες και κανόνες στη ζωή μας και έχουμε πειθαρχία, οπότε έχουμε καλύτερη άποψη. Και οι φίλοι μου έχουν επίσης πολύ καλή άποψη επειδή το βλέπουν και αυτοί από έναν διαφορετικό τρόπο ζωής από αυτούς και οκ μερικές φορές μπορεί να κοροϊδεύουν σε εισαγωγικά επειδή τα θεωρούν λίγο πιο ξενέρωτο, αλλά κατά βάθος ξέρουν ότι είναι πιο σωστό και πιο καλό και θα ήθελαν και αντίστοιχα για τα παιδιά τους και αυτοί να τα στείλουν σε ένα αντίστοιχο άθλημα ώστε να μεγαλώσουν με αυτούς τους κανόνες.»

Σ3: «Θα ξεκινήσω από τη γνώμη των συγγενών και συγκεκριμένα της οικογένειάς μου. Όπου για παράδειγμα ο πατέρας μου θεωρεί πως είναι ένα πολύ ωραίο άθλημα όπου μπορείς να Γυμνάζεσαι και παράλληλα να νιώθεις Πώς είσαι ικανός να αντιμετωπίσεις τα πάντα. Για παράδειγμα μπορεί να προκύψει κάτι στο δρόμο ή στην προσωπική σου ζωή και με όλα αυτά που έχουν συμβεί τα τελευταία χρόνια με κακοποιήσεις και διάφορες μορφές βίας που συμβαίνουν γύρω μας. Ο πατέρας μου νιώθει μεγαλύτερη ασφάλεια. Από την άλλη η μητέρα μου θεωρεί πως είναι ένα άθλημα που δεν είναι κατάλληλο για γυναίκες και δεν ταιριάζει στο γυναικείο στυλ και θα προτιμούσε να έχω ασχοληθεί με ένα άθλημα που χαρακτηρίζεται ως πούμε, πιο γυναικείο. Και όχι με ένα μαχητικό άθλημα. Αλλά σέβεται το γεγονός ότι εμένα αυτό είναι που μου αρέσει και σίγουρα και η ίδια νιώθει μεγαλύτερη ασφάλεια για μένα και δεν φοβάται τόσο έντονα πως μπορεί να μου συμβεί κάτι κακό. Τώρα οι φίλοι μου, δεν ξέρω έτσι με έχουν συνηθίσει, δεν τους έχω ρωτήσει ποτέ. Τι πιστεύουν για το άθλημα ; στην αρχή όσοι δεν με ξέρουν ξαφνιάζονται που είμαι γυναίκα και έχω επιλέξει ένα τόσο σκληρό ή αντρικό θα έλεγα άθλημα αλλά μετά το πρώτο σοκ είναι οκ. Στους περισσότερους αρέσει αλλά το βλέπουν περίεργο στην αρχή. Τώρα μιλάμε εννοείται για αυτούς που δεν ασχολούνται με το ταεκβοντό.

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

*Γιατί οι περισσότεροι μου φίλοι είναι άνθρωποι που έχουν να κάνουν με το ταεκβοντό, γιατί οι παρέες μου έχουν διαμορφωθεί μέσα από αυτό το άθλημα..»*

*Σ7: «Η μητέρα μου ήταν πολύ αντίθετη σε αυτό γιατί μιλάμε για μια γυναίκα και δεν μιλάμε για έναν άντρα, δεν είναι συνηθισμένο για γυναίκα να κάνει κάτι τέτοιο. Οπότε κάποιοι δεν είχαν καλή αντιμετώπιση σε αυτό. ΕΕ και δεν τους άρεσε πάρα πολύ. έλεγες ότι κάνεις ταεκβοντο και σου λέγανε . ε είσαι γυναίκα και θα κάνεις ταεκβοντό αυτό είναι για άντρες, ξέρεις αυτά που υπάρχουνε τα μικρά μυαλά. Η μητέρα μου γι αυτό συνέχισε να είναι αντίθετη. Ο πατέρας μου με βοήθησε . Πλέον όμως κατάλαβαν και οι δύο πως αυτό που κάνανε πριν 7 - 8 χρόνια να με αφήσουν να πάω στο ταεκβοντο ήτανε σωστό. Πλέον νιώθουν μια ασφάλεια ότι δεν μπορεί εύκολα στον δρόμο να μου συμβεί κάτι, γιατί συμβαίνουν όλα αυτά. Ξέρουν ότι μπορώ να αμυνθώ στο οτιδήποτε. Στους φίλους μου όμως όταν λέω ότι κάνω ταεκβοντο ακούγεται λίγο περίεργο γιατί δεν είναι τόσο γνωστό. Είναι λίγο ανάλογα οι αντιδράσεις αν είναι κάποιος που αθλείται η κάποιος άσχετος. Άλλοι θέλουν να τους μάθω κιόλας κάποια πράγματα σε άλλους περνάει αδιάφορο».*

Εν κατακλείδι στις θεματικές ενότητες από τον πρώτο κύκλο ερωτημάτων παρατηρείται η τάση οι ασκούμενοι να δίνουν μεγαλύτερη έμφαση στον τρόπο ζωής που διδάσκονται από το άθλημα. Η επαναλαμβανόμενη φράση «Το Ταεκβοντό είναι τρόπος ζωής» είναι και το γενικό θέμα του πρώτου σετ ερωτημάτων. Συνεπώς, προκύπτει πως ανεξάρτητα από τους λόγους για τους οποίους ο καθένας ξεκίνησε το Ταεκβοντό και την μετέπειτα πορεία στη ζωή του, η σχέση με το άθλημα είναι κατά κάποιον τρόπο κοινή για όλους τους ερωτηθέντες. Το Ταεκβοντό δεν είναι ένα τυπικό άθλημα που οι αθλητές του συμμετείχαν σε αυτό ως μέσο άθλησης και κοινωνικοποίησης. Αντιθέτως, η φιλοσοφία του αθλήματος και όσα πρεσβεύει επηρεάζουν σε σημαντικό βαθμό τη ζωή των ασκούμενων, σε παράγοντες που δεν σχετίζονται με την άθληση, δίνοντας στο άθλημα μία ανθρωπιστική διάσταση.

### **7.1.2 Παράγοντες συνέχισης του αθλήματος ή απόσυρσης από το άθλημα**

Το δεύτερο μέρος της έρευνας ασχολήθηκε με τη διερεύνηση των απόψεων των συμμετεχόντων αθλητών σχετικά με τους παράγοντες συνέχισης του αθλήματος ή απόσυρσης από το άθλημα. Αξίζει να επαναληφτεί πως ένας από τους περιορισμούς της έρευνας απαιτεί οι συμμετέχοντες να δραστηριοποιούνται στο άθλημα την χρονική περίοδο που λήφθηκαν οι συνεντεύξεις. Σύμφωνα με αυτόν τον περιορισμό οι ερωτηθέντες δεν θα μπορούσαν να συμμετέχουν εάν είχαν εγκαταλείψει το άθλημα, ωστόσο στην έρευνα εξετάζονται οι λόγοι για τους οποίους θα σκέπτονταν να αποσυρθούν από το άθλημα.

Αρχικά, οι αθλητές ρωτήθηκαν «για πόσα χρόνια θεωρείτε πως θα ασχολείστε με το άθλημα». Η πλειοψηφία των συμμετεχόντων ανέφερε ότι γενικά θέλει να ασχολείται για πολλά χρόνια ακόμη με το άθλημα. Ωστόσο, η ζωή είναι τόσο απρόβλεπτη που δεν μπορούν να προεξοφλήσουν το μέλλον τους στο Ταεκβοντό. Ειδικότερα, από τους περισσότερους αναφέρθηκε, ότι μέχρι να κάνουν δική τους οικογένεια, θα ασχολούνται με το άθλημα και αργότερα θα αναθεωρήσουν ανάλογα με τις υποχρεώσεις της ζωής τους. Από την άλλη μια συμμετέχουσα υποστήριξε ότι θέλει να σταματήσει αλλά δεν το κάνει, διότι όλη η ζωή της σχετίζεται με το άθλημα και δεν ξέρει πώς μπορεί να ζήσει χωρίς να απασχολείται με το άθλημα. Κοινό σημείο των συνεντεύξεων είναι πως οι αθλητές δεν μπορούν να σκεφτούν τη ζωή τους χωρίς το Ταεκβοντο, είτε έχουν θετική, είτε αρνητική σχέση με το άθλημα, καθώς είναι κομμάτι της καθημερινότητάς τους και τρόπος ζωής, που δύσκολα αλλάζει. Το θέμα που προβάλλεται είναι ότι οι ασκούμενοι στο Ταεκβοντό δεν φαντάζονται τη ζωή τους χωρίς το άθλημα στην καθημερινότητά τους. Ενδεικτικές απαντήσεις που δόθηκαν είναι οι εξής:

Σ2: «Θα ασχολούμαι ; δεν ξέρω. Θέλω πάρα πολύ να σταματήσω αλλά δεν ξέρω πώς θα αντιδράσουν οι δικοί μου. Βασικά φοβάμαι να τους το πω. Αλλά από την άλλη μεγάλωσα, μπορώ να κάνω αυτό που μου αρέσει νομίζω. Αλλά σκέφτομαι πως όλα αυτά τα χρόνια τι έκανα θα πάνε χαμένα. Ότι εντάζει, κέρδισα κάποια μετάλλια για το τίποτα. Δεν κατάφερα ποτέ

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

να πάω στους Ολυμπιακούς. Και αυτός είναι ο λόγος που όλοι οι πρωταθλητές προσπαθούν. Να πάμε σε μια τέτοια διοργάνωση. Θέλω πολύ να το αφήσω, δεν έχω άλλο κουράγιο να προσπαθώ. Είναι στιγμές που νιώθω πως είναι χαμένος κόπος ότι έχει κλείσει ο κύκλος και την επόμενη στιγμή νιώθω τρελή και μόνο που το σκέφτηκα. Αλλά θέλω επιτέλους να ζήσω όλα όσα στερήθηκα όλα αυτά τα χρόνια. Αλλά δεν ξέρω πώς είναι η ζωή χωρίς το ταεκβοντό. Όταν έχω κάποιο τραυματισμό και κάποιες μέρες δεν πηγαίνω για προπόνηση δεν ξέρω τι να κάνω, πως να περάσω την ώρα μου ; Μια καλή μου φίλη μου πρότεινε να πάω σε ένα άλλο άθλημα. Σε ένα ομαδικό άθλημα όπως μου είπε για να μάθω να χάνω και να μην με νοιάζει μόνο η νίκη. Να το κάνω για χόμπι δηλαδή για διασκέδαση και όχι να με βασανίζει. Είμαι πολύ κοντά στο να πάω στο ποδόσφαιρο. Είναι ένα άθλημα που πάντα μου άρεσε. Αλλά ο προπονητής μου απαγόρευε να παίζω ποδόσφαιρο για να μην τραυματιστώ. Γενικά μου είχε απαγορεύσει οποιαδήποτε γυμναστική πέρα από τη γυμναστική που κάνουμε μέσα στο σύλλογο.»

Σ3: «Δεν είναι κάτι που έχω σκεφτεί. Βασικά δεν έχω σκεφτεί να σταματήσω το Τάεκβον ντο γιατί τα τελευταία 15 χρόνια είναι ένα κομμάτι της ζωής μου. Και πλέον είναι η καθημερινότητά μου έτσι διαμορφωμένη που δεν βρίσκω το λόγο όσο με κρατάνε τα πόδια μου να μην Αθλούμαι και όπως ανέφερα για μένα Γυμναστική σημαίνει ταεκβοντο.», Σ4: «Αν με ρωτούσες πριν λίγα χρόνια δεν ήθελα να ακούσω ούτε την λέξη Taekwondo, αλλά πλέον που ηρέμησα και ξανά ξεκίνησα δεν έχω θέμα νομίζω πάντα θα είναι κομμάτι της ζωής μου και ότι και να κάνω και να σταματάω ανά διαστήματα πάντα θα γυρνάω στο Taekwondo. Το Taekwondo κατά κάποιον τρόπο ήταν ο πρώτος μου έρωτας.»

Σ7: «ΕΕ κοίταζε να δεις. Δεν μπορείς να βάλεις κάποιο όριο σε αυτό, είναι όσο αντέχει το σώμα σου. Όσες ανοχές έχεις εσύ. Πιστεύω ότι δεν μπορώ να σου πω κάτι συγκεκριμένο ότι θα είναι μέχρι τα 30 μέχρι τα 40, αλλά είναι εσύ πως το βλέπεις. Εγώ δεν το σκέφτομαι αλλά αν το σκέφτεται το σώμα μου ότι δεν αντέχει άλλο δεν θα το συνεχίσω. Αλλά όσο μπορώ θα συνεχίσω γιατί μ' αρέσει αυτό που κάνω.»

Σχετικά με το επόμενο ερώτημα οι συμμετέχοντες χρειάστηκε να απαντήσουν στο αν «υπάρχουν λόγοι για τους οποίους θα συνεχίζατε ή θα σταματούσατε το Taekwondo. Στις απαντήσεις διατυπώθηκαν λόγοι που αφορούν τόσο την συνέχιση ενασχόλησης όσο και την παύση ενασχόλησης με το άθλημα. Αρχικά, σχετικά με τους λόγους για τους οποίους θα



*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

συνέχιζαν το Taekwondo, αναφέρθηκε κυρίως το γεγονός ότι είναι τρόπος ζωής, είναι μια καθημερινότητα που δύσκολα αλλάζει.. Επίσης, αναφέρθηκε ότι είναι το μέσο που έχουν μάθει να αθλούνται. Από την άλλη μεριά, σχετικά με τους λόγους που θα τους έκαναν να σταματήσουν το άθλημα, αναφέρθηκε κυρίως κάποιος τραυματισμός. Επίσης, άλλοι λόγοι ήταν προσωπικές ή οικογενειακές υποχρεώσεις όπως οι σπουδές ή η απόκτηση οικογένειας. Τέλος, ένας ακόμα λόγος που διατυπώθηκε είναι το γεγονός ότι το συγκεκριμένο άθλημα δεν αποφέρει χρήματα και οι αθλητές αναγκάζονται να το αφήσουν για να ενταχθούν στην ενήλικη ζωή τους αποκτώντας μία σταθερή δουλειά. Επίσης, αναφέρθηκε πως οι αθλητές χρειάζεται συνεχώς να δίνουν χρήματα για τη συμμετοχή τους σε αγώνες. Ωστόσο, παρά το γεγονός πως η ερώτηση σχετίζεται με λόγους ενασχόλησης ή απόσυρσης, οι ερωτηθέντες αποτύπωσαν στις απαντήσεις τους την εξάρτισή τους από το άθλημα και τον τρόπο που έχει επηρεάσει τη ζωή τους. Σύμφωνα με όσα ειπώθηκαν, φαίνεται πως και οι απογοητευμένοι αθλητές δεν θέλουν και δεν μπορούν να φανταστούν τη ζωή τους χωρίς το Ταεκβοντό. Το συμπέρασμα του ερωτήματος είναι πως οι αθλητές του Ταεκβοντό δεν θέλουν να αποσυρθούν από το άθλημα. Ενδεικτικές απαντήσεις που δόθηκαν είναι οι εξής:

Σ1: «Εννοείται, θα συνεχίσω, διότι για μένα είναι τρόπος ζωής είναι μια καθημερινότητα. Θα το σταματούσα μόνο και μόνο άμα στη σχολή που είμαι επειδή είναι δύσκολη και του χρόνου μπαίνω στο τέταρτο έτος και θα έχω πάρα πολλά διαβάσματα και θα πρέπει να παρακολουθώ ίσως να σταματούσα για αυτό το λόγο είτε όπως είπα πριν όταν θα κάνω οικογένεια και θα έχω άλλες υποχρεώσεις.

Σ2: «Λόγοι είναι όσα είπα μέχρι τώρα. Επίσης είμαι σε μία ηλικία που θα πρέπει να κοιτάζω και την ζωή μου να βρω μια δουλειά. Εγώ το μόνο που ξέρω να κάνω είναι ταεκβοντο. Ναι θα ήταν μια λύση να ανοίξω μία δικιά μου σχολή. Αλλά δεν ξέρω αν είναι αυτό που θέλω να κάνω σε όλη μου τη ζωή. Και επαγγελματικά με άλλο τρόπο δεν μπορώ να το συνεχίσω. Δεν μας πληρώνει η ομοσπονδία όπως σε άλλα αθλήματα. Στο ποδόσφαιρο οι αθλητές αν φέρουν μία διάκριση σε παγκόσμιο ή πανευρωπαϊκό θα πάρουν εκατομμύρια. Εμείς στην καλύτερη θα πάρουμε μία σελίδα σε μία τοπική εφημερίδα. Φταίει και η χώρα στην Αμερική οι αθλητές είναι επαγγελματίες και πληρώνονται από το κράτος χιλιάδες ευρώ. Εμείς αυτούς τους αθλητές αντιμετωπίζουμε αλλά εμείς το κάνουμε για ηθική ικανοποίηση για να πάρουμε το μετάλλιο και τίποτα παραπάνω. Άρα και να θέλω δεν ξέρω πως μπορώ να συνεχίσω σαν αθλήτρια και δεν

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

*μπορώ να ζω όλη μου τη ζωή με τα λεφτά που μου δίνουν οι γονείς μου για να πηγαίνω σε αγώνες».*

*Σ3: «Οι λόγοι που θα το συνέχισα είναι όσα είπα δηλαδή είναι η καθημερινότητα που έχω. Είναι για μένα το μέσο για να αθλούμαι τώρα αν θα το σταματούσα, δεν ξέρω, δεν το έχω σκεφτεί. Ίσως ΕΕ θα σταματούσα μόνο για έναν σοβαρό τραυματισμό δεν ξέρω αλήθεια. Δεν βρίσκω το λόγο όσο μπορώ σωματικά και όσο υπάρχει ο χρόνος για να αθλούμαι να σταματήσω. Δόξα τω Θεώ. οικονομικά προβλήματα δεν έχω για να πω ότι δεν έχω να διαθέσω τη μηνιαία συνδρομή στο Σύλλογο. Χρόνο εντάζει στη χειρότερη. 3, 4 φορές την εβδομάδα. Για καμιά ώρα μπορώ να πηγαίνω. Αν αλλάξουν αυτά τα δεδομένα στο μέλλον θα το σκεφτώ, αλλά όπως έχουν τα πράγματα τώρα στη ζωή μου δεν θα σταματούσα.», Σ7: «Για να σταματήσω το ταεκβοντό θεωρώ ότι θα ήταν κάποιος λόγος πολύ σοβαρός, ας πούμε με την υγεία ότι δεν θα μπορούσα να το κάνω άλλο. Άλλος λόγος, εε μόνο η οικογένειά ίσως θα με σταματούσε γιατί είναι άλλες υποχρεώσεις. Αν το αφήσω νομίζω ότι θα έχω κενό μέσα μου.»*

Στο τελευταίο ερώτημα, οι συμμετέχοντες ρωτήθηκαν αν «υπάρχουν συναθλητές σας που σταμάτησαν το Taekwondo», ενώ δόθηκε και συμπληρωματικό υποερώτημα «για ποιους σταμάτησαν». Κοινό σε όλες τις συνεντεύξεις είναι πως οι συμμετέχοντες συμφώνησαν με το ότι υπήρχαν πολλοί συναθλητές τους που σταμάτησαν το άθλημα. Αναφορικά με τους λόγους που το σταμάτησαν διατυπώθηκαν πολλοί και διαφορετικοί. Αρχικά, αναφέρθηκε ότι οι αθλητές επηρεάζονται από τις παρέες τους και παρασύρονται προς αντίθετη κατεύθυνση από τις αρχές του αθλητισμού, όπως το αλκοόλ, το κάπνισμα κτλ. Ακόμη, αναφέρθηκε ότι πολλοί σταμάτησαν λόγω αποτυχιών στους αγώνες του Ταεκβοντο που τους κατέβαλε ψυχολογικά με αποτέλεσμα να τους αποθαρρύνει από το να συνεχίσουν. Πολλοί σταμάτησαν εξαιτίας κάποιου τραυματισμού και άλλοι λόγω σπουδών ή λόγω δημιουργίας οικογένειας. Τέλος, αναφέρθηκε η απουσία κινήτρων ενασχόλησης με το άθλημα στην Ελλάδα. Όπως τονίστηκε, δεν παρέχονται στους αθλητές σημαντικοί λόγοι ενασχόλησης με το άθλημα όπως οικονομικά κίνητρα, με αποτέλεσμα πολλοί αθλητές με ταλέντο να τα παρατάνε και να εγκαταλείπουν. Αντιθέτως αναφέρθηκε πως οι νέοι αθλητές δεν στηρίζονται από την χώρα. Παρά την αγάπη των αθλητών για το άθλημα φαίνεται σύμφωνα με τις απαντήσεις, πως οι περισσότεροι ασκούμενοι διέκοψαν πρόωρα την ενασχόλησή τους με το άθλημα. Οι βασικές αιτίες είναι οι τραυματισμοί και η έλλειψη κινήτρων. Συμπερασματικά μέσα από το ερώτημα



*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

προκύπτει πως οι αθλητές του Ταεκβοντό συχνά οδηγούνται σε πρόωρη εγκατάλειψη της ενασχόλησης τους με το άθλημα. Ενδεικτικές απαντήσεις που δόθηκαν είναι οι εξής:

Σ1: «Φυσικά και υπάρχουν πάρα πολλοί και θεωρώ ότι σε όλο αυτό παίζει ρόλο πάρα πολύ ρόλο οι παρέες. όταν έχεις παρέες που σε παρασύρουν προς το κακό το δρόμο, τι εννοώ να ξενυχτά συνέχεια να βγαίνεις από δω και από κει να καπνίζεις κάτι που όλα αυτά δεν το θέλει το ταε κβο ντο για να είσαι πετυχημένος και να είσαι προσηλωμένος στο στόχο σου, αναγκάζεσαι να το σταματήσεις διότι θεωρώ, όπως είπα και πριν ότι οι παρέες είναι που σε επηρεάζουν. Είτε είχα κάποιους συναθλητές που είχαν αποτυχίες, δεν έπαιρναν διακρίσεις σε αγώνες και όλο αυτό τους έφθειρε και ψυχικά, οπότε σταμάτησαν και για αυτό το λόγο.»

Σ2: «Όσοι κατάφεραν να φτάσουν στην ηλικία που είμαι εγώ τώρα σταμάτησαν πάνω κάτω για τους λόγους που είπα. Οι υπόλοιποι αναγκάστηκαν να σταματήσουν από τραυματισμό. Είναι τεράστια τα ποσοστά όσων τραυματίζονται. Βασικά όλοι τραυματιζόμαστε απλά κάποιοι πολύ σοβαρά. τόσο που δεν επιτρέπεται πλέον να κάνουν πρωταθλητισμό. Και πολλοί καταστρέφουν το πόδι τους, τη μέση τους και γενικά όλο το σώμα. Τόσο που τους απαγορεύει ο γιατρός να αθλούνται γενικά στη ζωή τους. Κι εγώ είχα ένα σοβαρό τραυματισμό και αναγκάστηκα να κάνω χειρουργείο και είναι κάτι που θα το κουβαλάω σε όλη μου τη ζωή.»

Σ4: «Από τους παλιούς που ήμασταν μαζί στη σχολή όλοι σταμάτησαν. Τώρα αν κάποιος συνεχίζει το άθλημα σαν εμένα πάει για κάποιες προπονήσεις για την πλάκα του αυτό δεν το ξέρω. Αλλά πρωταθλητισμό μπορώ να πω με βεβαιότητα πως όλοι από την δικιά μου σχολή έχουν σταματήσει. Και γενικά από αυτούς που κατεβαίναμε τότε στα πρωταθλήματα το 90 τις εκατό έχει σίγουρα σταματήσει. ...Η σωστή ερώτηση είναι για ποιους λόγους να συνεχίσει κάποιος στην Ελλάδα να κάνει πρωταθλητισμό στο TaeKwonDo. Δεν υπάρχει λόγος συγνώμη για την έκφραση αλλά πρέπει να είσαι ανώμαλος για να το κάνεις. Δεν κερδίζεις τίποτα πέρα από το να ικανοποιήσεις το εγώ σου με την νίκη. Αρχικά οι περισσότεροι σταμάτησαν για τον ίδιο λόγο που σταμάτησα εγώ. Δεν ξέρω τι συμβαίνει στο εξωτερικό αλλά στην χώρα μου όλοι οι προπονητές είναι εμπειρικοί. Ήταν παλιοί πρωταθλητές που επέλεξαν να γίνουν μετά από μία ηλικία προπονητές. Είναι ακατάλληλοι σαν γυμναστές κάνουν εγκλήματα στην προπόνηση και καταστρέφουν τα σώματα των αθλητών τους. Δεν ξέρω τι γίνεται με άλλα αθλήματα αλλά σε μας όλοι όσοι κάναμε πρωταθλητισμό δύσκολα γλυτώσαμε το χειρουργείο και έχουμε

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

*προβλήματα από τους τραυματιστούν και αφού σταματήσαμε. Τώρα και σωστό προπονητή να πετύχεις θέλει γερό στομάχι για να αντέξεις σε αυτό το άθλημα. Θυμάμαι χαρακτηριστικά ένα φίλο από τη σχολή είχε τρομερό ταλέντο αλλά δεν είχε την ψυχολογία δεν άντεχε το ξύλο και τα παράτησε.»*

*Σ7: «Ξέρω πολλές περιπτώσεις που σταμάτησαν. Μια φίλη μου ας πούμε σταμάτησε για έκανε οικογένεια όποτε ο χρόνος της ήταν περιορισμένος. Με το μωρό όταν είναι νεογέννητο δεν μπορείς να αθλείσαι και να βρίσκεις προσωπικό χρόνο για σένα. Οπότε οι ώρες που είναι μόνη της είναι περιορισμένες και προτιμά να ξεκουραστεί από το να κάνει κάποιο άθλημα. Άλλος φίλος μου σταμάτησε λόγω σπουδών. Μόλις περάσαμε στη σχολή οι προτεραιότητες άλλαξαν οπότε δεν είχε χρόνο ούτε θέληση να ασχοληθεί με αυτό. Άλλοι είδανε ότι δεν ήταν αυτό που θέλανε στη ζωή τους και πήγανε σε κάτι άλλο.»*

Συμπερασματικά, η ανάλυση του δεύτερου σετ ερωτημάτων που σχετίζεται με λόγους ενασχόλησης και απόσυρσης από το άθλημα του Ταεκβοντό αποτύπωσε την πραγματικότητα του αθλήματος στην Ελλάδα. Οι τραυματισμοί στο χώρο του Ταεκβοντό είναι ένα σύνθετο φαινόμενο, που συχνά οδηγούν σε πρόωρη εγκατάλειψη του αθλήματος. Επιπρόσθετα, η έλλειψη κινήτρων, οι πολύωρες προπονήσεις και οι οικονομικοί παράγοντες οδηγούν τους αθλητές να αποσύρονται από το Ταεκβοντό κατά την ενηλικίωσή τους. Ωστόσο, η αγάπη και η εξάρτηση των μαθητών για το άθλημα δεν μπορεί να κρυφτεί, καθώς εμφανίστηκε στην συντριπτική πλειοψηφία των απαντήσεων. Ως επί το πλείστον φαίνεται πως πέρα από την αγάπη για το άθλημα οι ασκούμενοι δεν έχουν κανένα κίνητρο για να συνεχίσουν να ασχολούνται με το Ταεκβοντό. Το γενικό θέμα του σετ ερωτημάτων είναι πως η αγάπη για το άθλημα και οι αξίες του είναι τα κίνητρα παραμονής των αθλητών στο Ταεκβοντό.

### **7.1.3 Διαστάσεις του φύλου στην ενασχόληση με το άθλημα**

Το επόμενο μέρος της έρευνας ασχολήθηκε με τη διερεύνηση των απόψεων των συμμετεχόντων σχετικά με ζητήματα φύλου. Στη συγκεκριμένη ενότητα αναλύθηκε η σχέση του Ταεκβοντό με το φύλο, ενώ θίχθηκαν και θέματα διακρίσεων και στερεοτύπων ως προς τις γυναίκες.

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

Η πρώτη ερώτηση είχε έναν γενικό χαρακτήρα, «*Το Taekwondo απευθύνεται και σε άνδρες και σε γυναίκες*». Από τις απαντήσεις προκύπτει ομόφωνα πως το άθλημα του Ταεκβοντό απευθύνεται και στα δύο φύλα. Ωστόσο, παρατηρείται πως η πλειοψηφία των ασκούμενων είναι αγόρια και άντρες. Από το πρώτο ερώτημα αναδεικνύεται ως βασικό θέμα ότι το Ταεκβοντό δεν έχει φύλο. Ενδεικτικές απαντήσεις που δόθηκαν είναι οι εξής:

Σ1: «*Εννοείται πως απευθύνεται και σε άντρες και σε γυναίκες δεν έχει να κάνει με το φύλο. Και είναι πάρα πολύ καλό και για τις 2 περιπτώσεις, γιατί όπως είπα πριν, δεν είναι αυτό το πολύ, το βίαιο, οπότε οι γονείς μπορεί να στέλνουν τα παιδάκια τους χωρίς να αισθάνονται ότι θα γυρίσουνε σπίτι σκοτωμένα σε εισαγωγικά ή θα έχουν κάποιο σοβαρό τραυματισμό και λοιπά. Εννοείται ότι μπορεί να τραυματιστούν, αλλά δεν θα είναι τόσο σοβαρό όπως σε αγώνες είτε στην προπόνηση, όπως σε άλλα*»

Σ3: «*Ναι, απευθύνεται, εννοείται και στα δύο φύλα, ωστόσο, στην ουσία λόγω της φύσης του αθλήματος ΕΕ θεωρείται ένα αντρικό άθλημα. Δεν είναι ένα άθλημα που θα πάνε εύκολα κορίτσια. Από την άλλη τα τελευταία χρόνια, επειδή έχουμε πολλά περιστατικά βίας, πολλοί γονείς παροτρύνουν τα κορίτσια τους να γραφτούν. Αλλά εντάζει είναι λίγο και να το 'χεις. Δεν είναι σαν το χορό που θα πάνε περισσότερο κορίτσια. Αλλά ναι μπορώ να πω ότι απευθύνεται και σε άντρες και σε γυναίκες.*»

Σ4: «*Απευθύνεται και στα δύο φύλα έχουμε και σπουδαίες πρωταθλήτριες στο Taekwondo. Τα κορίτσια πολλές φορές είναι καλύτερα από τα αγόρια και πιστεύω πολλές φορές έχουν και μεγαλύτερη θέληση για να αποδείξουν ότι μπορούν γιατί δεν είναι αυτονόητο επειδή το άθλημα είναι πολύ σκληρό*»

Το δεύτερο ερώτημα «*Στο σύλλογό σας υπάρχουν και άνδρες και γυναίκες*», οι απαντήσεις έδωσαν μία πιο ξεκάθαρη εικόνα για τη σχέση του φύλου με το άθλημα. Παρά το γεγονός πως το Ταεκβοντό απευθύνεται και στα δύο φύλα, καθώς είναι ένα άθλημα για όλους, για όλες τις ηλικίες και στους συλλόγους υπάρχουν και άνδρες και γυναίκες, σύμφωνα με τις απαντήσεις που δόθηκαν στους περισσότερους συλλόγους η συμμετοχή των γυναικών είναι υποτονική. Συγκεκριμένα, όταν τίθεται το θέμα του πρωταθλητισμού στις γυναίκες, προκύπτουν και θέματα γυναικολογικής φύσεως. Εντούτοις, στο Τάεκβοντο πάντα οι άνδρες είναι περισσότεροι. Ωστόσο, τα τελευταία χρόνια πολλά κορίτσια, γυναίκες και κυρίως

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

μεγαλύτερης ηλικίας θέλουν να ξεκινήσουν το ταεκβοντό, με σκοπό να μάθουν αυτοάμυνα. Από το δεύτερο ερώτημα προκύπτει ως συμπέρασμα πως η πλειοψηφία των ασκούμενων στο Ταεκβοντό είναι άντρες. Ενδεικτικές απαντήσεις που δόθηκαν είναι οι εξής:

*Σ1: «Στο σύλλογό μας ναι, εννοείται, υπάρχουν και τα δύο. Αλλά μπορώ να πω ότι οι άνδρες είναι πολλοί περισσότεροι. Δηλαδή να έδινά ένα ποσοστό 80% άντρες, 20% γυναίκες.»*

*Σ4: «Στο σύλλογο που είμαι τώρα όχι είμαστε μόνο άντρες αλλά στη σχολή που πήγαινα μικρός είχαμε και αρκετά κορίτσια. Η πρώτη μου σχέση ήταν με μία συναθλήτρια μου και πάντα μου άρεσαν μέχρι μία ηλικία κορίτσια που ασχολούνταν με το Taekwondo ή με ένα άλλο άθλημα.»*

*Σ5: Εννοείται, υπάρχουν και άντρες και γυναίκες και κατά κύριο λόγο ότι οι περισσότεροι είναι άντρες. Τα κορίτσια είναι λίγο πιο φοβισμένα για να κάνουν πολεμικές τέχνες, ιδίως όταν είναι μικρότερα, επειδή όλα τα κορίτσια και κυρίως στο δημοτικό έχουν στο νου τους να πάνε μπαλέτο, διάφορους χορούς δεν τους νοιάζει τόσο οι πολεμικές τέχνες.»*

Έπειτα οι συμμετέχοντες ρωτήθηκαν «η προπόνηση ανδρών και γυναικών είναι κοινή ή διαφοροποιείται», όπου όλοι ανέφεραν πως η προπόνηση ανδρών και γυναικών είναι κοινή. Ωστόσο, έχει κάποιες διαφορές στις ασκήσεις κυρίως στην δύναμη και στην επιβάρυνση. Ο χώρος είναι ένας, όλοι κάνουν τις ίδιες ασκήσεις άλλα υπάρχει διαχωρισμός στα ζευγάρια. Αξίζει να αναφερθεί πως μερικοί συμμετέχοντες επισήμαναν πως τα τελευταία χρόνια δημιουργούνται αποκλειστικά τμήματα γυναικών, τα οποία δε δημιουργούνται με σκοπό την εξάσκηση στο άθλημα του Ταεκβοντό, αλλά στοχεύουν στην εκμάθηση αυτοάμυνας μέσα από ασκήσεις και πρακτικές του αθλήματος. Συνεπώς, το Ταεκβοντό, παρά τη βίαιη φύση του, καταρρίπτει τα στερεότυπα που επικρατούν στον αθλητισμό, δηλαδή πως η προπόνηση ανδρών και γυναικών πρέπει να διαφοροποιείται. Το θέμα του ερωτήματος είναι πως το Ταεκβοντό πρεσβεύει την ισότητα και εξάλειψη των διακρίσεων. Ενδεικτικές απαντήσεις που δόθηκαν είναι οι εξής:

*Σ1: «Η προπόνηση ανδρών και γυναικών είναι κοινή και θεωρώ ότι είναι καλύτερα που είναι κοινή, διότι τα κορίτσια κυρίως για τα κορίτσια είναι πιο καλό. Διότι όταν είσαι κορίτσι, όταν κάνεις προπόνηση και παίζεις μάχες ή οτιδήποτε κάνεις αυτοάμυνα με αγόρια είναι ακόμα*

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

*καλύτερο. Διότι είσαι καλύτερα προετοιμασμένος. Και σε αγώνες αλλά και στη ζωή έξω σου τύχει κάτι γιατί βλέπεις και τη δύναμη των ανδρών που έχουν και μπορείς να ανταπεξέλθεις ανάλογα με αυτά και για τους άντρες βέβαια είναι καλή διότι μαθαίνουν να ελέγχουν τη δύναμή τους και να μην και να μην βάζουν περισσότερη δύναμη στα κορίτσια.»*

*Σ3: «Όχι, δεν διαφοροποιείται. Δηλαδή κάνουμε όλοι μαζί προπόνηση. Από την άλλη, συνήθως πάμε ανά ζευγάρια, δηλαδή όταν χωριζόμαστε για να κάνουμε ασκήσεις ο ένας πάνω στον άλλον θα πάει μια κοπέλα με μια κοπέλα, ένα αγόρι με ένα αγόρι. Θα βάλει ο προπονητής μια γυναίκα με έναν άντρα μόνο αν θέλει να ζορίσει, ας πούμε περισσότερο την κοπέλα επειδή θα έχει απέναντί της κάποιον πιο δυνατό. Για να τη βελτιώσει δηλαδή. Στο Τάεκβοντο είναι και τα κιλά που παίζουν ρόλο. Δηλαδή έχουμε τις κατηγορίες. Οπότε συνήθως αν προπονηθεί ένας άντρας με μια γυναίκα, θεωρείται λίγο πιο δύσκολο. Αλλά η προπόνηση, ναι, είναι κοινή, δηλαδή είμαστε όλοι μαζί στην αίθουσα και κάνουμε όλοι μαζί προπόνηση.»*

*Σ4: «Ναι η προπόνηση ήταν κοινή αλλά συνήθως όταν χωριζόμασταν σε δυάδες για αγώνες ο δάσκαλος έβαζε ένα αγόρι με ένα αγόρι και ένα κορίτσι με ένα κορίτσι. Τα κορίτσια που παίζανε μαζί μας αγώνες μόνο δύο που ξεχώριζαν για τις ικανότητες του στο άθλημα και αυτό γιατί ήθελε ο δάσκαλος να τους δυσκολέψει επειδή εμείς είχαμε περισσότερη δύναμη. Η τεχνική είναι άλλο κομμάτι έχει να κάνει με το ταλέντο και την προπόνηση και όχι με το φύλο.*

*Σ7: «Η προπόνηση είναι κοινή απλά στους άντρες μπορεί να είναι λίγο πιο σκληρή η προπόνηση αλλά γενικά είναι κοινή, γυμνάζονται μαζί και άντρες και γυναίκες. Αλλά σαν προπόνηση είναι δύσκολη έχει πολύ ζύλο γι' αυτούς που κάνουν πρωταθλητισμό κυρίως για τους άλλους είναι όσο θες και αντέχεις».*

Τέλος, σχετικά με το «πως βλέπουν οι συναθλητές τους (άνδρες και γυναίκες) τη συμμετοχή γυναικών στο άθλημα», αναφέρθηκε από τους συμμετέχοντες ότι γενικά το θεωρούν πάρα πολύ φυσιολογικό να συμμετέχουν και άνδρες και γυναίκες. Επιπλέον, πολλοί ανέφεραν την άποψή τους, πως στην κοινωνία δεν είναι κατώτερες οι γυναίκες ή ανώτεροι οι άντρες και όλοι έχουν τα ίδια δικαιώματα. Ωστόσο, υπήρχαν και δύο συμμετέχοντες που εξέφρασαν διαφορετική άποψη. Συγκεκριμένα, ανέφεραν ότι κάποιοι θεωρούν ότι είναι πιο πολύ αντρικό άθλημα και ότι οι άντρες δεν το θεωρούν φυσιολογικό να βλέπουν γυναίκες στο

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

συγκεκριμένο άθλημα. Από την πλειοψηφία των απαντήσεων αναδεικνύεται πως το Ταεκβοντό είναι αντρικό όσο και γυναικείο άθλημα. Ενδεικτικές απαντήσεις που δόθηκαν είναι οι εξής:

Σ2: «Δεν νομίζω πως το βλέπουν κάπως δεν ξέρω κιόλας γιατί εγώ κάνω από πολύ μικρή. Πάντως εδώ μπορώ να αναφέρω πως στο σχολείο γενικά με κοιτούσαν περίεργα. Ειδικά στο δημοτικό, γιατί ήμουν πάντα το κορίτσι που έκανε μια πολεμική τέχνη. Πολλές φορές με φώναζαν αγοροκόριτσο και με φοβόντουσαν τα άλλα παιδιά κυρίως τα κορίτσια. Δεν με θέλανε στην παρέα τους γιατί ήμουν περίεργη και διαφορετική. Έπρεπε να πάω στην εφηβεία για να σταματήσουν να μου φέρονται έτσι δηλαδή υποτιμητικά. Γενικά η συμπεριφορά που είχαν τα άτομα που ασχολούνται με το άθλημα ήταν πολύ διαφορετική. Όταν ήρθαν στον σύλλογο και άτομα από το σχολείο και είδαν πόσο καλή είμαι και το νούμερο ένα στην ομάδα άρχισαν να με αντιμετωπίζουν και αλλιώς στο σχολείο. Ξαφνικά ήταν κουλ και όλοι θέλανε να μου μοιάσουν. Ίσως βοήθησαν και οι διακρίσεις που έφερνα και τα ταξίδια που έκανα με την ομάδα. Νομίζω έχει να κάνει και με το ότι ήμουν πολύ καλή και οι περισσότεροι με είχαν σαν πρότυπο ή με θαύμαζαν στην ομάδα. Πάντως στο ΤάεΚβοντο μετράει να είσαι καλός και να φέρνεις μετάλλια αυτό και τίποτα άλλο. Μόνο ο πρώτος έχει αξία έτσι γίνονται οι διακρίσεις σε μας. Δεν μετράει ο χαρακτήρας σου ή το αν είσαι άντρας ή γυναίκα.»

Σ4: «Από γυναίκες δεν έχω ακούσει κάτι δεν το έχω συζητήσει τα αγόρια έχουν κάποιες διαφορετικές απόψεις. Μερικοί δεν θέλανε γυναίκες στο σύλλογο αλλά πιστεύω έχει να κάνει με το ότι φοβόταν αν χάσουν ότι θα γίνουν ρεζίλι γιατί νομίζουμε πως όταν παίζει ένας άντρας με μία γυναίκα θα κερδίσει ο άντρας κάτι που πολλές φορές δεν συνέβαινε. Άλλοι δεν έχουν θέμα εγώ δεν είχα θέμα μου άρεσε που είχαμε και τα κορίτσια, πολλές φορές ενώ δεν άντεχα άλλο προσπαθούσα και για να εντυπωσιάσω το κορίτσι που μου άρεσε τότε.», Σ6: «Είναι κάποια άτομα στο σύλλογο που είμαι τώρα που θεωρούν καλύτερο που δεν έχουμε κάποια γυναίκα στην ομάδα. Και κάποιοι που λένε κρίμα που φύγανε τα 2 κορίτσια. Εντάξει, ο καθένας έχει τις απόψεις του. Κάποιοι θεωρούν ότι είναι πιο πολύ αντρικό άθλημα και τους αρέσει το κλίμα, γιατί νιώθουν πιο άνετα κάνουμε κάτι την πλάκα μας στην προπόνηση χωρίς να σκεφτόμαστε μην πούμε ή κάνουμε κάτι που θα προσβάλλει τις γυναίκες. Μπορούμε να συζητάμε πιο άνετα όταν είμαστε μόνο άντρες. Προσωπικά δεν με πείραζε όταν ήταν τα κορίτσια. Έχω συνηθίσει να συναναστρέφομαι και με τα δύο φύλα.»

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

*Σ7: «Θεωρώ ότι οι άντρες δεν το θεωρούν φυσιολογικό. Το βλέπουνε και λίγο ρατσιστικά που λένε τι κάνουν οι γυναίκες εκεί μέσα. Αλλά αυτό το σκεπτικό είναι πιο πολύ σε πιο μεγάλες ηλικίες γιατί θεωρούν ότι είναι ένα αντρικό άθλημα. Οι γυναίκες όμως δεν το αντιμετωπίζουν αρνητικά αυτό και θεωρούν πως είναι μια εποχή που πρέπει να αλλάζουν τα πράγματα κι αυτό προσπαθούν να αποδείξουνε μέσα απ' όλο αυτό ότι είμαστε κι εμείς εδώ και μπορούμε να τα καταφέρουμε και δεν είναι μόνο για άντρες το ταεκβοντο.»*

Ανακεφαλαιώνοντας, από το σετ ερωτημάτων που σχετίζεται με τις διαστάσεις του φύλου στο άθλημα του Ταεκβοντό, σχηματίζεται η άποψη πως το άθλημα δεν απευθύνεται μόνο σε άνδρες και παρά την σκληρή και βίαιη φύση του κυριαρχούν οι αρχές της φιλοσοφίας του, που σχετίζονται με την ισότητα. Οι διακρίσεις και τα στερεότυπα είναι η εξαίρεση κι όχι ο κανόνας στο άθλημα. Επιπλέον, φαινόμενα διακρίσεων φαίνεται να αποτυπώνονται στο άθλημα λόγω των προκαταλήψεων που επικρατούν στον ευρύτερο αθλητισμό και την κοινωνία. Το Ταεκβοντό με τις αξίες, τη φιλοσοφία και τον τρόπο που διδάσκεται ευθύνεται για την κατάρριψη των διακρίσεων και όχι για την παγίωση και αναπαραγωγή των στερεοτύπων που σχετίζονται με το φύλο. Συνεπώς, το γενικό θέμα είναι πως το Ταεκβοντό αφορά όλους τους ανθρώπους.

#### **7.1.4 Το αγωνιστικό πλαίσιο λειτουργίας του αθλήματος**

Το τελευταίο μέρος της έρευνας ασχολήθηκε με το αγωνιστικό πλαίσιο λειτουργίας του αθλήματος. Εδώ οι συμμετέχοντες κλήθηκαν να αναφέρουν τις απόψεις τους σχετικά με την εισαγωγή του Taekwondo στους Ολυμπιακούς Αγώνες κι αν αυτό επηρέασε το άθλημα και πώς. Όλοι οι συμμετέχοντες συμφώνησαν, πως η εισαγωγή του αθλήματος στους Ολυμπιακούς αγώνες έδωσε την ευκαιρία να αναδειχτεί η Ελλάδα και να γίνει πλέον το άθλημα πιο γνωστό στον κόσμο. Έτσι, δίνεται η δυνατότητα στους αθλητές να εκπροσωπούν την Ελλάδα στην σημαντικότερη αθλητική διοργάνωση, γεγονός που θεωρείται ισχυρό κίνητρο για τους αθλητές να ασχοληθούν με το Ταεκβοντό. Σύμφωνα με όσα αναφέρθηκαν, οι Ολυμπιακοί Αγώνες είναι αυτοί που μετέτρεψαν το Ταεκβοντό από πολεμική τέχνη σε



*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

μαχητικό άθλημα. Επιπρόσθετα, δόθηκε έμφαση στους κανόνες του αθλήματος και στις αλλαγές που έχουν συμβεί στο κανονιστικό πλαίσιο τα τελευταία χρόνια. Από τις απαντήσεις προέκυψε μία αλληλένδετη σχέση μεταξύ κανόνων και Ολυμπιακών Αγώνων. Συγκεκριμένα, για να μπορέσει το άθλημα να συμβαδίσει με τους συγχρόνους Ολυμπιακούς Αγώνες, που εξυπηρετούν κατά κόρον το θέαμα, η παγκόσμια ομοσπονδία προχώρησε σε μία σειρά από δραστηκές αλλαγές στους κανόνες, οι οποίοι επηρεάζουν σημαντικά το άθλημα.

Στο πρώτο σκέλος των ερωτήσεων οι συμμετέχοντες κλήθηκαν να απαντήσουν αν «η εισαγωγή του Ταεκβοντό στους Ολυμπιακούς αγώνες επηρέασε το άθλημα». Στο συγκεκριμένο ερώτημα δόθηκε συμπληρωματικό ερώτημα «αν ναι με ποιον/ποιους τρόπους». Οι απόψεις των ερωτηθέντων δίνουν μία ξεκάθαρη κατεύθυνση, πως η εισαγωγή του αθλήματος στους Ολυμπιακούς Αγώνες δεν είναι αμελητέα. Η δομή και η φύση του αθλήματος όσον αφορά το αγωνιστικό του κομμάτι άλλαξαν καθοριστικά, ώστε οι θεατές να παρακολουθούν ένα σύγχρονο Ολυμπιακό άθλημα κι όχι μία πολεμική τέχνη. Το άθλημα μέσω της παγκόσμιας προβολής του έγινε γνωστό και κατάφερε να εξαπλωθεί σε ολόκληρο τον κόσμο. Η άνθιση των σχολών Ταεκβοντό μετά τους πρώτους Ολυμπιακούς όπου συμμετείχε το άθλημα δεν μπορεί να θεωρηθεί τυχαία. Συμπερασματικά, μετά την εισαγωγή του Ταεκβοντό στους Ολυμπιακούς το άθλημα χαράζει μία νέα πορεία στην ιστορία του. Ως συμπέρασμα, από την πρώτη ερώτηση και το υποερώτημα της επιλέγεται πως η εισαγωγή του Ταεκβοντό στους Ολυμπιακούς Αγώνες δίνει νέα πνοή στο άθλημα. Ενδεικτικές απαντήσεις που δόθηκαν είναι οι εξής:

Σ2: «Είμαστε ένα σύγχρονο άθλημα, γι' αυτό και είμαστε στους Ολυμπιακούς. Έχουμε ξεφύγει από αυτό που λέμε μια πολεμική τέχνη. Το ταεκβοντο δεν είναι το ταεκβοντό που υπήρχε πριν χρόνια παραδοσιακά στην Κορέα. Η Ελλάδα αυτή τη στιγμή έχει μια πολύ καλή ομάδα που παρουσιάζει το σύγχρονο ταεκβοντο. δεν νομίζω πως το άθλημα θα ήταν ίδιο στη χώρα μας αν δεν είχε γίνει ολυμπιακό. Βοήθησαν πολύ οι διακρίσεις που είχαμε απ' ότι ξέρω το 2004 στην Αθήνα και έγινε πολύ γνωστό, έγινε και της μόδας για ένα διάστημα.»

Σ3: «Θεωρώ πως το ταεκβοντό δεν θα ήταν καν γνωστό αν δεν υπήρχαν οι Ολυμπιακοί Αγώνες. Βασικά αν δεν είχε εισαχθεί στους Ολυμπιακούς Αγώνες. Ο λόγος είναι ότι και με τις διακρίσεις που είχαμε σαν χώρα πάρα πολλά παιδιά ασχολήθηκαν σε μικρή ηλικία με το



*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

*ταεκβοντό. Δηλαδή ήταν η διαφορά που κάποιος επέλεγε το συγκεκριμένο άθλημα και όχι ένα άλλο μαχητικό άθλημα. Έχει να κάνει και με την εμπορικότητα. Έγινε γνωστό όπως και να 'χει. Από την άλλη θεωρώ και ότι αν δεν είχε μπει στους Ολυμπιακούς Αγώνες, θα είχε κρατήσει και έναν πιο αυθεντικό χαρακτήρα. Δηλαδή τα τελευταία χρόνια που παρακολουθώ τους Ολυμπιακούς βλέπω πως έχει διαφοροποιηθεί το άθλημα πάρα πολύ για να εξυπηρετεί στην ουσία το θέαμα. Έχει ξεφύγει από την πολεμική τέχνη και έχει γίνει πιο πολύ ένα σόου. Για μένα είναι δύο οι τρόποι που το επηρέασαν, ο πρώτος είναι ότι έγινε γνωστό. Ο άλλος είναι ότι άλλαξε το χαρακτήρα του αθλήματος.»*

*Σ6: «Υπάρχει άθλημα που δεν το έχουν επηρεάσει οι Ολυμπιακοί Αγώνες ; Οι Ολυμπιακοί Αγώνες έχουν καθορίσει το άθλημα για μένα. Κυρίως στην Ελλάδα που δεν ήταν γνωστό. Γενικά νομίζω το έχουνε διαμορφώσει. Το σύγχρονο ταεκβοντό που λέμε η φιλοσοφία του βασίζεται κατά βάση. Στους Ολυμπιακούς Αγώνες. Αν δεν είχε μπει στους Ολυμπιακούς Αγώνες πιστεύω πως θα είχε τη μορφή όπως και των υπόλοιπων πολεμικών τεχνών. Ας πούμε σαν το Καράτε που είναι περισσότερο μια παραδοσιακή πολεμική τέχνη. Του έχει δώσει την σημερινή σύγχρονη μορφή του. Θεωρώ ότι ήταν κομβικό το σημείο που μπήκε στους Ολυμπιακούς Αγώνες και έτσι ξέφυγε από την παραδοσιακή μορφή του την οποία είχε τόσους αιώνες.»*

Στη συνέχεια, σε πανομοιότυπο κλίμα διατυπώθηκε το ερώτημα «ποιό θεωρείτε πως θα πρέπει να είναι το μέλλον του αθλήματος στους Ολυμπιακούς Αγώνες». Στις απαντήσεις υποστηρίχθηκε ότι το taekwondo θα έχει μέλλον στους Ολυμπιακούς Αγώνες και θα συνεχίσει να υπάρχει σαν Ολυμπιακό άθλημα. Επιπλέον ειπώθηκε πως οι Ολυμπιακοί Αγώνες δίνουν την ευκαιρία στο άθλημα να αναδειχτεί περισσότερο. Η Παγκόσμια Ομοσπονδία Ταεκβοντό με τις αλλαγές στο κανονιστικό πλαίσιο του αθλήματος δείχνει πως συμβαδίζει με τα πρότυπα που απαιτούν οι σύγχρονοι Ολυμπιακοί Αγώνες. Από τις απαντήσεις προκύπτει πως η μετατροπή του Ταεκβοντό σε ένα μαχητικό αγωνιστικό άθλημα είναι το θεμέλιο της σχέσης του αθλήματος με τους Ολυμπιακούς Αγώνες. Ωστόσο, αυτή η σχέση σύμφωνα με μερικούς συμμετέχοντες έχει αλλάξει τις παραδοσιακές αντιλήψεις του αθλήματος. Το συμπέρασμα που αναδεικνύεται είναι πως το Ταεκβοντό μετατράπηκε σε ένα σύγχρονο Ολυμπιακό άθλημα. Ενδεικτικές απαντήσεις που δόθηκαν είναι οι εξής:

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

Σ3: «Ε σίγουρα να συνεχίσει να είναι στους Ολυμπιακούς Αγώνες, εφόσον θέλουμε το άθλημα να είναι γνωστό. Για μένα απλά δεν θα έπρεπε να είναι τόσο εμπορικό να εξυπηρετεί τόσο πολύ το θέαμα. Γιατί έχει αρχίσει να αλλάζει δομή και η φύση του αθλήματος. Δεν έχει σχέση το ταεκβοντο στις μέρες μας με το ταεκβοντό πριν από 20 χρόνια. Η ομοσπονδία για μένα θα έπρεπε να εξετάσει λίγο το γεγονός πως θα πρέπει να κρατήσει και το χαρακτήρα του το άθλημα. 'Η από την άλλη θα μπορούσε να γίνει ένας καθαρός διαχωρισμός. Στο παραδοσιακό τάεκβον ντο και στο ταεκβοντο των αγώνων.»

Σ4: «Κατά την γνώμη μου το Taekwondo έχει αλλάξει μέσα από τους ολυμπιακούς. Έγινε περισσότερο σπορ σε σχέση με το πως ήταν παλιότερα. Αυτό εγώ δεν το βρίσκω κακό γιατί όπως έχει γίνει δίνει την ευκαιρία στους πρωταθλητές να γίνουν επαγγελματίες. Γι αυτό θεωρώ ότι το Taekwondo ανήκει στους Ολυμπιακούς.»

Σ6: «Όπως κάθε ολυμπιακό άθλημα να έχει μεγάλη συμμετοχή. Και για τη χώρα μας πολλές διακρίσεις που θα ενισχύσουν τη συμμετοχή των παιδιών στο άθλημα.»

Στην τρίτη ερώτηση οι συμμετέχοντες ήρθαν αντιμέτωποι με θέματα που αφορούν το κανονιστικό πλαίσιο των αγώνων. Τα πολλά χρόνια εμπειρίας και η συναναστροφή των αθλητών με το Ταεκβοντό τους βοήθησαν να έχουν μία σφαιρική εικόνα για το άθλημα γνωρίζοντας το παλιό και το πιο πρόσφατο κανονιστικό πλαίσιο των αγώνων. Το ερώτημα «Επηρεάζουν το Ταεκβοντό οι τροποποιήσεις του κανονιστικού πλαισίου των αγώνων», με υποερώτημα «αν ναι, πώς επηρεάζουν αυτές οι τροποποιήσεις το κανονιστικό πλαίσιο των αγώνων». Όπως αναφέρθηκε, κάθε άθλημα εξαρτάται άμεσα από τους κανόνες του. Συγκεκριμένα στο Ταεκβοντό οι κανόνες επηρέασαν και άλλαξαν πολύ το άθλημα, κυρίως την αγωνιστική του πτυχή. Σύμφωνα με τους ερωτηθέντες με κάθε σημαντική αλλαγή στους κανόνες αλλάζει κάθε φορά και το στυλ των αθλητών. Στην παρούσα φάση ευνοούνται οι εκρηκτικοί αθλητές που στοχεύουν με τα λακτίσματά τους στο κεφάλι, σε αντίθεση με προηγούμενα χρόνια όπου η δύναμη του λακτίσματος είχε καίρια σημασία. Επιπλέον η μείωση του αγωνιστικού χρόνου εξυπηρετεί το θέαμα, καθώς οι παίκτες έχουν περισσότερη αντοχή και ενέργεια για πολλαπλές ανταλλαγές χτυπημάτων. Τέλος, αξίζει να αναφερθεί πως οι αγώνες του Ταεκβοντό με την εισαγωγή του ηλεκτρονικού θώρακα τείνουν να θεωρηθούν πιο δίκαιοι καθώς οι πόντοι δεν υπόκεινται στην αντίληψη των κριτών αλλά του

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

ηλεκτρονικού συστήματος καταγραφής πόντων. Συμπερασματικά, το άθλημα του Ταεκβοντό αλλάζει από τις τροποποιήσεις του κανονιστικού πλαισίου των αγώνων. Ενδεικτικές απαντήσεις που δόθηκαν είναι οι εξής:

Σ1: «Θεωρώ πως επηρεάζουν, διότι εμείς που είμαστε οι παλιοί στο άθλημα έχουμε μάθει, αλλιώς είχαμε άλλους κανόνες, αλλιώς παίρναμε πόντους ήταν όλα πολύ διαφορετικά, αλλά είμαστε ανοιχτοί σε νέες προκλήσεις, οπότε ανταπεξήλθαμε σε αυτούς τους κανόνες. Τώρα έτσι όπως έχουν αλλάξει οι κανόνες και ο ηλεκτρονικός θώρακας που μπαίνουν οι πόντοι είναι πιο εύκολο και νιώθεις πιο σίγουρος για σένα για να κερδίσεις. Δεν υπάρχει τόσο η αδικία.»

Σ3: «Ναι, φυσικά το επηρέασαν είναι αυτό που είπαμε. Ότι για να εξυπηρετήσουν τους Ολυμπιακούς Αγώνες αναγκάστηκαν να αλλάξουν τη δομή του αθλήματος. Για να αλλάξει η δομή του αθλήματος πρέπει να αλλάξουν οι κανόνες. Άρα, ναι, σίγουρα άλλαξε. Πριν 20 χρόνια μπορεί το σκορ να ήταν 5 - 3 σε έναν τελικό. Και τώρα μπορεί να πάει 18 - 15. Δηλαδή έχει γίνει έτσι το παιχνίδι που έχει πιο πολλά χτυπήματα, πιο πολλούς πόντους παλιότερα για να πάρεις ποτό χρειάζόσουν να βάλεις πολλή δύναμη. Τώρα αρκεί να ακουμπήσεις, ας πούμε το θώρακα του άλλου και γράφεται πόντος. Εντάξει, εννοείται ότι η εισαγωγή του ηλεκτρονικού θώρακα άλλαξε τελείως το παιχνίδι. Παλιά ήταν στην κρίση των κριτών αν θα μπει ο πόντος τώρα με μια επαφή ας πούμε γράφεται. Δηλαδή δεν είναι τόσο σκληρό το άθλημα όπως ήταν παλιά. Τώρα θέλει να είσαι περισσότερο γρήγορος. Έχει αλλάξει ακόμα και η στάση των αθλητών. Έχουμε άλλο στυλ αθλητών πλέον θέλουν άλλα χαρακτηριστικά.»

Σ7: «Έχει επηρεάσει πολλούς αθλητές. Ξέρω άτομα που σταμάτησαν γιατί δεν μπόρεσαν να αλλάξουν τον τρόπο που παίζανε στους αγώνες. Εγώ δεν έχω κάποια εμπειρία, γιατί δεν έκανα πρωταθλητισμό και δεν κατέβαινε σε αγώνες. Αλλά βλέπω από τα υπόλοιπα παιδιά τους συλλόγου ότι πολλοί χαλάστηκαν με τις αλλαγές στους κανόνες και δεν μπορούσαν να συνηθίσουν αυτές τις αλλαγές. Ξέρω ότι το άθλημα ήταν διαφορετικό. Για μένα διαφορετικό είναι να πηγαίνεις σε αγώνες και για αυτό δεν ασχολήθηκα εγώ ποτέ με αυτό. Δεν ήθελα να μπει ο ανταγωνισμός, να κερδίσεις να βγεις πρώτος. Χάνεις κάποια πράγματα που έχει κερδίσει άμα το έχεις σαν χόμπι. Γίνεται πιο προσωπικό και από ότι ξέρω με τους νέους κανόνες ο ανταγωνισμός έχει μεγαλώσει και εμένα αυτό δεν μου αρέσει».

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

Το τελευταίο ερώτημα των συνεντεύξεων στοχεύει στη διερεύνηση των πιο σημαντικών αλλαγών του κανονιστικού πλαισίου. Ουσιαστικά, η τελευταία ερώτηση είναι «Ποια θεωρείτε τη σημαντικότερη αλλαγή στο κανονιστικό πλαίσιο στο Ταεκβοντό». Οι απαντήσεις κινήθηκαν σε δύο κατευθύνσεις. Την αντικατάσταση του συμβατικού με τον ηλεκτρονικό θώρακα και την τροποποίηση της βαθμίδας καταγραφής πόντων. Η πιο σημαντική αλλαγή θεωρήθηκε πως είναι η αλλαγή πόντων. Συγκεκριμένα τα λακτίσματα στο κεφάλι τα οποία από δύο πόντους δίνουν έως και τέσσερις εφόσον το χτύπημα είναι περιστροφικό. Η αλλαγή αυτή επηρεάζει άμεσα τους αθλητές δίνοντας σημαντικό πλεονέκτημα σε ψηλούς παίκτες, ενώ αλλάζει και τον τρόπο παιξίματος. Οι αθλητές κυνηγούν συνεχώς το κεφάλι του αντιπάλου με αποτέλεσμα περισσότερα νοκ-άουτ και θεαματικά χτυπήματα. Οι απαντήσεις του τελευταίου ερωτήματος συνδέονται άμεσα με τις πρώτες ερωτήσεις του σετ ερωτημάτων. Η δυναμική των αλλαγών στο κανονιστικό πλαίσιο αποδεικνύεται ότι έχει άμεση σύνδεση με την συμμετοχή του αθλήματος στους Ολυμπιακούς Αγώνες και αντίστροφα. Χρειάζεται να αναφερθεί πως μετά την ολοκλήρωση των ερωτημάτων τέθηκε συμπληρωματική ερώτηση «υπάρχει κάτι άλλο που θα θέλατε να συμπληρώσετε», ωστόσο κανείς από τους συμμετέχοντες δεν ανέφερε κάτι επιπλέον. Συνεπώς, από το τελευταίο ερώτημα που απαντήθηκε προέκυψε πως τα λακτίσματα στο κεφάλι είναι το κλειδί της νίκης, στους αγώνες Ταεκβοντό. Ενδεικτικές απαντήσεις που δόθηκαν είναι οι εξής:

*Σ2: «Η σημαντικότερη αλλαγή είναι η αλλαγή στην καταγραφή των πόντων. Παλιά στον θώρακα τα χτυπήματα μετρούσαν για ένα πόντο. Τώρα μετράνε για δύο. Τα χτυπήματα στο κεφάλι, όπως είπα, μπορούν να φτάσουν και τους 4 πόντους αν το χτύπημα είναι περιστροφικό. Άρα το σκορ είναι μεγαλύτερο γενικά με δύο-τρία χτυπήματα μπορείς να πάρεις μία διαφορά, να φανεί ένα σκορ για παράδειγμα 9-0. Αυτό δημιουργεί τεράστιο ψυχολογικό βάρος στον αντίπαλο. Ενώ αντίστοιχα παλιότερα τα ίδια χτυπήματα θα δημιουργούσε ένα σκορ 4-0, που τουλάχιστον στο μάτι και ψυχολογικά ανατρέπεται πιο εύκολα»*

*Σ3: Η σημαντικότερη αλλαγή θεωρώ πως είναι η εισαγωγή του ηλεκτρονικού θώρακα. Δηλαδή το γεγονός πως πλέον δεν είναι στην κρίση των κριτών αλλά είναι ένα σύστημα που καταγράφει τους βαθμούς. Έχει αλλάξει όλο το παιχνίδι. Και εννοείται, παίζει ρόλο αν θα ακουμπήσεις καλά θα έχεις σωστή επαφή το στο πέλμα με τον θώρακα και όχι αν θα είναι ένα δυνατό*

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

*χτύπημα που θα φανεί, ας πούμε στο μάτι των κριτών. Για μένα αυτό είναι σημαντικότερη αλλαγή. Καλά κάνανε, γιατί ίσως είναι και πιο δίκαιο έτσι το παιχνίδι. Πάντως αυτή θεωρώ πως είναι η πιο σημαντική αλλαγή.»*

*Σ7: Η πιο σημαντική αλλαγή πιστεύω πως είναι η αλλαγή στους πόντους. Που τώρα με ένα χτύπημα στο κεφάλι μπορείς να πάρεις και 4 πόντους, ενώ πιο παλιά ξέρω ότι έπαιρνες 2. Και έχω καταλάβει ότι οι περισσότεροι προσπαθούν Εε να κερδίσουν χτυπήματα στο κεφάλι για να μεγαλώσουν τη διαφορά των πόντων. Αυτό ακούω συνέχεια και από τον προπονητή όταν κάνει προπόνηση στα παιδιά που κατεβαίνουν σε αγώνες. Να κυνηγάνε τα χτυπήματα στο κεφάλι.»*

Συνοπτικά, από το τελευταίο μέρος των ερωτημάτων αποδεικνύεται η αλληλένδετη σχέση των Ολυμπιακών Αγώνων με το άθλημα και τους κανόνες του. Το άθλημα, για να εξυπηρετήσει την Ολυμπιακή του διάσταση, αναγκάστηκε να τροποποιήσει τους κανόνες του. Παράλληλα, οι αλλαγές του κανονιστικού πλαισίου των αγώνων ήταν αυτές που επέτρεψαν στο Ταεκβοντό να εισέλθει στους Ολυμπιακούς αγώνες. Συμπερασματικά, προκύπτει πως παρά την παραδοσιακή φύση του αθλήματος ως πολεμική τέχνη η σχέση του με τους αγώνες και κυρίως με τους Ολυμπιακούς το έχουν αλλάξει. Η εμπορευματοποίηση και η παγκοσμιοποίηση, που εξυπηρετούν οι Ολυμπιακοί Αγώνες τα τελευταία χρόνια, δεν άφησαν ανέγγιχτο το άθλημα του Ταεκβοντό. Το γενικό θέμα του τελευταίου σκέλους ερωτημάτων είναι πως το Ταεκβοντό, είναι ένα σύγχρονο Ολυμπιακό άθλημα.

Εν κατακλείδι από τα σετ ερωτημάτων έχουν προκύψει τέσσερα γενικά θέματα. Για το πρώτο σκέλος το Ταεκβοντό είναι τρόπος ζωής. Για το δεύτερο σκέλος η αγάπη για το άθλημα και οι αξίες του είναι τα κίνητρα παραμονής των αθλητών στο Ταεκβοντό. Για το τρίτο σκέλος το Ταεκβοντό αφορά όλους τους ανθρώπους. Τέλος, στο τέταρτο σετ ερωτημάτων το θέμα που προέκυψε είναι ότι το Ταεκβοντό είναι ένα σύγχρονο Ολυμπιακό άθλημα. Παρά τη φύση των ερωτημάτων οι συμμετέχοντες δεν κατάφεραν να κρύψουν την αγάπη τους και την σχέση εξάρτησής τους από το άθλημα του Ταεκβοντό. Ασχέτως με τα ερωτήματα που τέθηκαν, παρατηρήθηκε μία επαναλαμβανόμενη τάση οι συμμετέχοντες να χαρακτηρίζουν το άθλημα ως τρόπο ζωής. Κοινό σχεδόν σε όλες τις απαντήσεις βρέθηκε το ανθρωπιστικό και κοινωνικό αντίκτυπο που έχει η ενασχόληση των αθλητών με το

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

Ταεκβοντό. Για τους περισσότερους το άθλημα είναι αναπόσπαστο κομμάτι του χαρακτήρα τους και του τρόπου που έχουν διαμορφώσει τη ζωή τους. Συμπερασματικά, εάν έπρεπε να δοθεί ένα γενικό θέμα από τις συνεντεύξεις θα ήταν πως το Ταεκβοντό είναι τρόπος ζωής.

## Συμπεράσματα

Στον αθλητισμό αποτυπώνονται οι αντιλήψεις και οι αξίες της σύγχρονης κοινωνίας. Τα μαχητικά αθλήματα σύμφωνα με τη βιβλιογραφία φαίνεται να έχουν μία διαφορετική φιλοσοφία και να χαρακτηρίζονται κυρίως για τον τρόπο ζωής που διδάσκουν. (Moenig, 2017). Η παρούσα έρευνα αποσκοπεί στην αποτύπωση της ελληνικής πραγματικότητας στο Ταεκβοντό. Πιο συγκεκριμένα, αναλύεται μέσω των συνεντεύξεων που συλλέχθηκαν πώς το Ταεκβοντό θεωρείται ως τρόπος ζωής για τους ασκούμενούς του. Επιπλέον, αναδεικνύεται μέσα από την ιστορία, τους κανόνες του αθλήματος και τα προσωπικά βιώματα των συμμετεχόντων στην έρευνα πώς το Ταεκβοντό μετατράπηκε από μία πολεμική τέχνη σε ένα σύγχρονο Ολυμπιακό άθλημα.

Σύμφωνα με την επίσημη ιστορία του αθλήματος το Ταεκβοντό είναι μία πολεμική τέχνη που τοποθετείται 2000 χρόνια πριν στην Κορέα. Αρκετοί σύγχρονοι ερευνητές αμφισβητούν την αρχαία ιστορία του αθλήματος και το τοποθετούν στην σύγχρονη ιστορία στην δεκαετία του 1940, ως παρακλάδι του ιαπωνικού καράτε. Ωστόσο, η ανάγκη της Κορέας να εξάγει τον πολιτισμό της βρήκε πρόσφορο έδαφος στον αθλητισμό. Οι Κορεάτες καθιέρωσαν το Ταεκβοντό ως την αρχαία τους πολεμική τέχνη ως συνέχεια της ιστορίας τους ανά τους αιώνες. Έτσι, μέσα από το άθλημα εκμεταλλευόμενοι τα ρεύματα της παγκοσμιοποίησης και εμπορευματοποίησης του αθλητισμού προέβαλαν το Ταεκβοντό σε όλο τον κόσμο. Οι αξίες και η φιλοσοφία του αθλήματος είναι ταυτόσημες της κορεατικής κουλτούρας. Συνεπώς μέσα από το Ταεκβοντό οι μαθητές του ανά τον κόσμο διδάσκονται τον τρόπο ζωής και την κουλτούρα της Κορέας (Forrest και Forrest-Bilincoc, 2018). Η πειθαρχία, ο σεβασμός, η ισότητα, η σωματική και πνευματική υγεία είναι οι αξίες που προβάλλουν οι Κορεάτες μέσω του αθλητισμού παγκόσμια. Ωστόσο, η Παγκόσμια Ομοσπονδία Ταεκβοντό, σε συμφωνία με την κορεατική κυβέρνηση αποφάσισαν να προβούν σε ριζικές αλλαγές του αθλήματος, ώστε να το εκσυγχρονίσουν κάνοντας το πιο δελεαστικό στον δυτικό κόσμο. Το αγωνιστικό Ταεκβοντό μετέτρεψε την πολεμική τέχνη του Ταεκβοντό σε μαχητικό άθλημα. Η Παγκόσμια Ομοσπονδία Ταεκβοντό τις δύο τελευταίες δεκαετίες αντιλήφθηκε πως για να



*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

γίνει το Ταεκβοντό το πιο δημοφιλές μαχητικό άθλημα θα έπρεπε να εναχθεί στους Ολυμπιακούς Αγώνες (Moenig, 2017). Έτσι, το Ταεκβοντό μέσα από μία σειρά αλλαγών στους κανόνες του, όπως την αντικατάσταση του συμβατικού με ηλεκτρονικό θώρακα, την υψηλότερη βαθμολόγηση σε λακτίσματα στο κεφάλι και την μείωση του αγωνιστικού χρόνου, απέκτησε τα σύγχρονα χαρακτηριστικά των Ολυμπιακών αγωνισμάτων. Οι σύγχρονοι Ολυμπιακοί Αγώνες είναι ένα προϊόν που βρίσκεται σε πλήρη συνάρτηση με την εμπορευματοποίηση και παγκοσμιοποίηση του αθλητισμού. Το υψηλό ενδιαφέρον για θέαμα είναι αυτό που χαρακτηρίζει τους σύγχρονους Αγώνες. Τα υψηλά ρεκόρ και οι εξωπραγματικές αποδόσεις των αθλητών είναι τα ζητούμενα των σύγχρονων αγώνων. Συνεπώς το Ταεκβοντό για να ενσωματωθεί στο Ολυμπιακό πρόγραμμα άφησε στο περιθώριο την παραδοσιακή του εικόνα. Ωστόσο, το άθλημα τη σημερινή εποχή εκμεταλλευόμενο την παγκόσμια φήμη του συνεχίζει να διδάσκει στις σχολές τις παραδοσιακές αξίες του και την φιλοσοφία του. Έτσι, οι αθλητές του Ταεκβοντό που το επιλέγουν, καθλώνονται στο άθλημα λόγω του τρόπου ζωής που πρεσβεύει. Αυτομάτως δημιουργείται ένας διαχωρισμός των επαγγελματιών αθλητών οι οποίοι ασχολούνται με το άθλημα για τα χρηστικά οφέλη κι όχι για τα κοινωνικά οφέλη που προκύπτουν στην πλειονοψηφία των αθλητών (Kim, Dattilo και Heo, 2011).

Μέσα από την έρευνα που διεξάχθηκε επαληθεύτηκε η αρχική τοποθέτηση του ερευνητή, πως οι αθλητές παραμένουν στο άθλημα του Ταεκβοντό για τα κοινωνικά του οφέλη και για τον τρόπο ζωής που διδάσκει. Συγκεκριμένα ο τρόπος ζωής που πρεσβεύει το άθλημα είναι και αυτό που το διαχωρίζει από τα υπόλοιπα αθλήματα επαφής. Επιπρόσθετα, σημειώνεται πως η δημοτικότητα του αθλήματος καθώς και ο κοινωνικός περίγυρος είναι οι λόγοι της αρχικής επαφής των αθλητών με το Ταεκβοντό, ενώ η συντριπτική πλειονοψηφία θεωρεί πως η φιλοσοφία του αθλήματος είναι ο λόγος ενασχόλησής τους με το άθλημα. Αντίθετα τα ευρήματα έδειξαν πως οι τραυματισμοί, οι ψυχολογικοί παράγοντες, η απόκτηση οικογένειας είναι οι βασικοί λόγοι απόσυρσης από το άθλημα. Αξίζει να αναφερθεί πως στην παρούσα μελέτη βρέθηκαν και διαφορετικοί λόγοι πρόωρης απόσυρσης των αθλητών από το Ταεκβοντό σε σύγκριση με διεθνείς έρευνες. Στη ελληνική πραγματικότητα οι αθλητές αντιμετωπίζουν οικονομικά προβλήματα και έχουν ελλιπή κίνητρα επαγγελματικής ενασχόλησης με το Ταεκβοντό. Το συγκεκριμένο εύρημα ξεχωρίζει καθώς οι χρηματικοί



*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

λόγοι στη διεθνή βιβλιογραφία εντοπίζονται ως κίνητρο για τους επαγγελματίες αθλητές ενώ, στην ελληνική περίπτωση ως λόγος απόσυρσης από το άθλημα του Ταεκβοντό (Cynarski, 2019).

Ανακεφαλαιώνοντας, σχετικά με ζητήματα που τέθηκαν για αλλαγές του κανονιστικού πλαισίου και τη συμμετοχή του Ταεκβοντό στο Ολυμπιακό πρόγραμμα τα ευρήματα της μελέτης συγκλίνουν με τις αρχικές υποθέσεις του ερευνητή. Πιο συγκεκριμένα οι αλλαγές στο κανονιστικό πλαίσιο έχουν μία ξεκάθαρη κατεύθυνση να διευρύνουν την δημοτικότητα του αθλήματος. Σκοπός δεν είναι να γίνει το άθλημα πιο ασφαλές. Όπως αναφέρθηκε από τους συμμετέχοντες οι αλλαγές στους κανόνες κατευθύνουν τους αθλητές να επιλέγουν λακτίσματα στο κεφάλι. Στην ανασκόπηση της βιβλιογραφίας βρέθηκε πως η αλλαγή στην βαθμολόγηση και πιο συγκεκριμένα το περιστροφικό λάκτισμα που χαρίζει 4 πόντους συνέβαλε στην αύξηση των τραυματισμών σε επικίνδυνες περιοχές για την υγεία των αθλητών όπως το κεφάλι και ο αυχένας (Pieter, Fife, O'Sullivan, 2012). Την τοποθέτηση αυτή υποστήριζαν και οι ερωτηθέντες της παρούσας μελέτης οι οποίοι, όπως ανέφεραν χαρακτηριστικά, η αλλαγή στην βαθμολόγηση θεωρούν πως έχει αλλάξει το στυλ παιχνιδιού των αθλητών και την κατατάσσουν στην σημαντικότερη αλλαγή του κανονιστικού πλαισίου. Αξίζει να αναφερθεί ότι η αρχική υπόθεση του ερευνητή ήταν πως η σημαντικότερη αλλαγή στο κανονιστικό πλαίσιο είναι η αντικατάσταση του συμβατικού με ηλεκτρονικό θώρακα. Η εξήγηση μπορεί να βρεθεί στο γεγονός πως η αντικατάσταση του ηλεκτρονικού θώρακα εξυπηρετεί το δίκαιο παιχνίδι, ενώ η αλλαγή στην βαθμολόγηση αλλάζει τη λειτουργία του παιχνιδιού, εξυπηρετώντας το θέαμα που προσφέρει το αγώνισμα. Τέλος, σχετικά με ζητήματα φύλου που τέθηκαν ως ερωτήματα στην παρούσα έρευνα επικρατεί μία ασάφεια. Από τη μία πλευρά η Παγκόσμια Ομοσπονδία δηλώνει πως η πλειοψηφία των ασκούμενων στο άθλημα είναι άνδρες, ωστόσο οι εμπλεκόμενοι στο άθλημα θεωρούν πως το Ταεκβοντό δεν είναι ανδρικό άθλημα. Η ασάφεια μπορεί να ξεκαθαρίσει κατηγοριοποιώντας τον γενικό πληθυσμό που θεωρεί πως το Ταεκβοντό ως μαχητικό άθλημα απευθύνεται τους άντρες και τους ασκούμενους του Ταεκβοντό οι οποίοι μέσα από τη φιλοσοφία και τις αξίες του αθλήματος ενστερνίζονται την ισότητα και αφήνουν στο περιθώριο τα στερεότυπα που σχετίζονται με το φύλο. Τη συγκεκριμένη υπόθεση επιβεβαίωσαν οι συμμετέχοντες της

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

παρούσας έρευνας οι οποίοι (γυναίκες και άνδρες) τόνισαν πως το Ταεκβοντό αφορά όλα τα φύλα, ενώ παράλληλα δεν εντοπίστηκαν έμφυλες διακρίσεις στις απαντήσεις τους.

Συμπερασματικά, η παρούσα έρευνα εξυπηρέτησε τον σκοπό της αποτυπώνοντας την ελληνική πραγματικότητα του Ταεκβοντό. Όπως αναφέρθηκε, η μελέτη έχει σημαντικό ρόλο για την ελληνική περίπτωση, διότι οι Έλληνες ερευνητές, παρά τη δημοτικότητα του Ταεκβοντό, φαίνεται να αδιαφορούν για το άθλημα. Επιπλέον, οι έρευνες που σχετίζονται με το άθλημα επικεντρώνονται σε τραυματισμούς και αθλητικές επιδόσεις. Η παρούσα έρευνα θέλησε να θέσει τις βάσεις στα αχαρτογράφητα νερά της βιβλιογραφίας που σχετίζονται με την κοινωνική και ανθρωπιστική υπόσταση του Ταεκβοντό στην Ελλάδα. Ωστόσο, πρέπει να αναφερθεί ξανά πως λόγω των περιορισμών της έρευνας και πιο συγκεκριμένα του μικρού δείγματος και του γεωγραφικού ορίου τα αποτελέσματα δεν μπορούν να γενικευθούν και να αποδειχτούν καθολικά. Ως εκ τούτου, προτείνεται μία μελλοντική έρευνα η οποία θα εξετάσει μεγαλύτερο δείγμα σε ευρύτερο γεωγραφικό πληθυσμό της Ελλάδας. Επιπλέον, προτείνονται έρευνες που να επικεντρώνονται στα ζητήματα φύλου, ώστε να ξεκαθαρίσει η ασάφεια που επικρατεί στην κοινωνία πως το Ταεκβοντό είναι αντρικό άθλημα. Ακόμα θα είχε ενδιαφέρον να μελετηθούν οι λόγοι ενασχόλησης και απόσυρσης από το άθλημα του Ταεκβοντό στην Ελλάδα συγκριτικά με άλλες χώρες. Επιπρόσθετα, θα άξιζε να μελετηθεί πιο αναλυτικά η επιρροή της εμπορευματοποίησης και της παγκοσμιοποίησης, στο Ταεκβοντό και στη φύση του αθλήματος συνδυαστικά με την συμμετοχή του αθλήματος στους Ολυμπιακούς Αγώνες. Τέλος, ιδιαίτερο ενδιαφέρον θα είχε να μελετηθεί αναλυτικότερα το πώς βιώνουν οι αθλητές την εμπλοκή τους στο άθλημα του Ταεκβοντό σε συνδυασμό με την διαπίστωση της παρούσας έρευνας πως το Ταεκβοντό είναι τρόπος ζωής.

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

## Βιβλιογραφία

### Ελληνική βιβλιογραφία

Έθνος, (2022). <https://www.ethnos.gr/tag/6245/alexandrosnikolaidhs>.

Ελληνική Ομοσπονδία Ταεκβοντό, (2022). <https://elot.gr/>.

Ένωση Ταεκβοντό Βορείου Ελλάδας, (2017). <https://etabe.gr/>.

Ένωση Ταεκβοντό Νοτίου Ελλάδας, (2017). <https://etane.gr/>.

Ζαϊμάκης, Γ., & Φουρναράκη, Ε. (2015). Εισαγωγή. στο Γ. Ζαϊμάκης–Ελ. Φουρναράκη (επιμ.), *Κοινωνία και αθλητισμός στην Ελλάδα: κοινωνιολογικές και ιστορικές προσεγγίσεις, Αλεξάνδρεια, Αθήνα, 10*.

Κουλούρη, Χ. (2004) *Η Ιστορία του Ελληνικού Αθλητισμού: σπορ, φυσική αγωγή και Ολυμπιακοί Αγώνες*.

Mauss, M. (2004). «Οι τεχνικές του σώματος». Στο Μ. Mauss. *Κοινωνιολογία και ανθρωπολογία*. Αθήνα: Εκδόσεις του Εικοστού πρώτου, σσ. 185-223.

Μπέης, Κ. (2015). «*Taekwon-do ολυμπιακό άθλημα*». Θεσσαλονίκη: Εκδόσεις Εχέδωρος.

Μπακαλάκη, Α. (2010). «Για το κοινωνικό φύλο στην ανθρωπολογία και την ελληνική εθνογραφία: Φύλο και Κοινωνικές Επιστήμες στη Σύγχρονη Ελλάδα». Στο Β. Καντσά, Β. Μουτάφη, Ε. Παπαταξιάρχης (επιμ.). *Φύλο και Κοινωνικές Επιστήμες στη Σύγχρονη Ελλάδα*. Αθήνα: Αλεξάνδρεια, σσ. 51-88.

Ortner, S. (1994). Είναι το θηλυκό για το αρσενικό ό, τι η φύση για τον πολιτισμό. Στο Α. Μπακαλάκη (επιμ.) *Ανθρωπολογία, Γυναίκες και Φύλο*. Αθήνα: Εκδόσεις Αλεξάνδρεια.

Παπαταξιάρχης, Ε. (1997). *Το φύλο στην ανθρωπολογία (και την ιστοριογραφία)*. *Μνήμων*, 19: 201-210.

Τσούμας, Α. (2009). *Η γυμναστική στην πρωτοβάθμια εκπαίδευση: από τις "σωμασκίες" στη "σωματική αγωγή": 1834-1936* (Doctoral dissertation, Πάντειο Πανεπιστήμιο Κοινωνικών και Πολιτικών Επιστημών. Τμήμα Κοινωνιολογίας).

Σβεντζούρη Βασιλική, *Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

## Διεθνής βιβλιογραφία

Ahn, J. D., Hong, S. H., & Park, Y. K. (2009). The historical and cultural identity of Taekwondo as a traditional Korean martial art. *The International Journal of the History of Sport*, 26(11), 1716-1734.

Aronson E., Wilson T., Akert R.M. (2012), Social Psychology. *The Heart and the Mind*, Zysk S, PublishingHouse, Warsaw.

Beech, J., & Chadwick, S. (Eds.). (2004). *The business of sport management*. Pearson Education.

Brodani J., Ziskova I. (2015), *Quality of life and physicalactivity of kindergarden teachers*, “Physical Activity Review”,vol. 3, pp.11–21

Bourdieu, P. (1994). *Μερικές ιδιότητες των πεδίων*, στο Bourdieu, P., *Κείμενα Κοινωνιολογίας*. Αθήνα: Δελφίνι, σελ.63-70.

Busko K, Staniak Z, Szark - Eckardt M, et al. *Measuring the force of punches and kicks among combatsport athletes using a modified punching bag with an embedded accelerometer*. Acta Bioeng Biomech.2016 ;18(1):47 - 54.

Capranica, L., Chiodo, S., Cortis, C., Corrado, L., Ammendolia, A., & Tessitore, A. (2010). *Scientific approaches to Olympic taekwondo: research trends*. Ido – RuchdlaKultury / Movement for Culture, 10, 73 - 77.

Cynarski, W. J. (2012). Values of martial arts in the light of the anthropology of martial arts. *Journal of Combat Sports and Martial Arts*, 3, 1 - 4.

Cynarski, W. J. (2019). General canon of the philosophy of karate and taekwondo. *Ido Movement for Culture. Journal of Martial Arts Anthropology*, 19(3), 24-32.

Channon, A. (2013). *Enter the discourse: Exploring the discursive roots of inclusivity in mixed- sex martial arts*. *Sport in Society: Cultures, Commerce, Media, Politics*, 16(10), 1293 - 1308.

Σβετζίουρη Βασιλική, *Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

- Cox, R. H. (2011). *Sport Psychology: Concepts and Application*. Brown & Benchmark, Dubuque.
- Cynarski, W. J. (2014). Karate in Europe – *Institutional development and changes*: “karate do wareinihajimari, reiniowaru kite wowasuruna”. *Research Journal of Budo*, 46, 168 – 183.
- Devine, R., & Lepisto, L. (2005). *Analysis of the healthy lifestyle consumer*. *Journal of Consumer Marketing*, 22, 275 - 283.
- Dishman RK, Chambliss HO. Exercise psychology. In: Williams JM, Krane V, editors. *Applied sport psychology: Personal growth to peak performance*. New York: McGraw - Hill Education ; 2015, 510 - 540.
- Fighting: Intellectualising combat sports (pp. 87 - 96). Champaign, Illinois: Common Ground Publishing.
- Forrest, J., & Forrest-Blincoe, B. (2018). Kim Chi, K-Pop, and Taekwondo: The Nationalization of South Korean Martial Arts. *Ido Movement for Culture. Journal of Martial Arts Anthropology*, 18(2), 1-14.
- Gernigon, C., d'Arripe - Longueville, F., Delignieres, D., & Ninot, G. (2004). *A dynamical systems perspective on goal involvement states in sport*. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 26(4), 572 - 596.
- Guerandel, C., & Mennesson, C. (2007). *Gender construction in judo interactions. International. Review for the Sociology of Sport*, 42(2),
- Gill DL. Gender and cultural diversity. In: Tenenbaum G, Eklund, R, C, editors. *Handbook of sport psychology*. 3rd ed. New York: Wiley - Blackwell ; 2007, 309 - 331.
- García RS, Spencer DC (Eds.) (2013) *Fighting Scholars: Habitus and Ethnographies of Martial Arts and Combat Sports*. Anthem Press, London, UK.
- Hargreaves, J. (1997). Women's boxing and related activities: *Introducing images and meanings*. *Body and Society*, 3(4), 33 - 50.

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

- Hartl, J., Faber, U., & Bögle, R. (1989). Taekwondo in Westen. *Interviews und Beiträge zum kulturellen Schlagabtausch*. Mönchseulen - Verlag, Munich.
- Hsiao, C. - T., Lin, J. - S., & Chang, K. - P. (2010). Taekwondo sport development: The case of Taiwan. *OR Insight*, 23(3), 154–171.
- Heidrich C, Chiviakowsky S. Stereotype threat affects the learning of sport motor skills. *PsycholSport Exerc*.2015 ;18:42 – 46.
- Jones, G. W., Mackay, K. S., & Peters, D. M. (2006). *Participation motivation in martial artists in the West Midlands Region of England*. *Journal of Sports Science Medicine*, 5, 28 - 34.
- Kavoura, A., Kokkonen, M., & Ryba, T. V. (2014). The female fighter phenomenon in Denmark and Greece: *Exploring gender dynamics in judo*. In K. Gilbert (Ed.),
- Kavoura, A., Ryba, T. V., & Kokkonen, M. (2012). Psychological research on martial artists: *A critical view from a cultural praxis framework*. *Scandinavian Sport Studies Forum*, 3(1), 1 - 23.
- Kazemi, M., Chudolinski, A., Turgeon, M., Simon, A., Ho, E., & Coombe, L. (2009). Nine year longitudinal retrospective study of Taekwondo injuries. *The Journal of the Canadian Chiropractic Association*, 53(4), 272
- Kim, J., Dattilo, J., & Heo, J. (2011). Taekwondo participation as serious leisure for life satisfaction and health. *Journal of Leisure Research*, 43(4), 545-559.
- Kob, J.O. and Watkinson, E.J. (2002) Video analysis of blows to the head and face at the 1999 World Taekwondo Championships. *Journal of Sport Medicine Physical Fitness*. 42(3): 348–354.
- Kusnierz, C. (2011). Values associated with practicing modern karate as a form of cultivating old Japanese Bushido patterns. *Ido Movement for Culture*. *Journal of Martial Arts Anthropology*, 11, 1 - 5.
- King L.A, Williams T.A. (1997), Goal orientation and performance in martial arts, “*Journal of Sport Behaviour*”, vol.20, no. 4, pp. 397–412.

Σβεντζούρη Βασιλική, *Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

Litwiniuk, A., &Cynarski, W.J. (2001).*Motives of participation in chosen combat sports and martial arts*. I do –Ruchdla Kultury / Movement for Culture, 2, 242 - 244.

Leite W. (2014), Competition versus nature: how the sport warps human character. *Physical Activity Review*. vol.2, pp. 1–9.

Mroczkowska, H. (2004). Male vs. *female motivation for sport practice and success expectance*. Biology of Sport, 21(3), 273 - 284.

Lin, L.B. (2002) The physical capability and factors leading to success for taekwondo athletes. *Chinese Physics Fitness Sport* 16(1): 112–120.

Mroczkowska, H. (2009). The feminine auto perception of sporting competencies and aspirations achievements. Polish Journal of Sport & Tourism, 16, 229 - 238.

Madis, E. (2003). The evolution of taekwondo from Japanese karate. In: T. A. Green, J. R. Svinth [eds.],

Martial arts in the modern world, Praeger, Westport, 185 - 207.

Moenig, U. (2017). Dominant features and negative trends in the current World Taekwondo Federation (WTF) competition system. *Ido Movement for Culture. Journal of Martial Arts Anthropology*, 17(3), 56-67.

Moenig, U. (2022). Early Korean Martial Arts Manuals: Recorded Evidence of the Origins of Taekwondo in Karate. *Ido Movement for Culture. Journal of Martial Arts Anthropology*, 22(4), 41-57.

Newland A, Newton M, Finch L, Harbke Colin R, Podlog L. *Moderating variables in the relationship between mental toughness and performance in basketball*. J Sport Health Sci. 2013 ;2:184 - 92.

Păunescu, C., Păunescu, M., Haddad, M., &Gagea, G. (2014). Didactics in Taekwondo. In book: Performance Optimization in Taekwondo: From Laboratory to Field (pp.12)Edition: 1Chapter: Didactics in Taekwondo Publisher: OMICS Group eBooks.

Σβεντζούρη Βασιλική, *Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

- Pieter, W., Fife, G. P., & O'Sullivan, D. M. (2012). Competition injuries in taekwondo: a literature review and suggestions for prevention and surveillance. *British journal of sports medicine*, 46(7), 485-491.
- Richman C.L., Rehberg H. (1986), The development of self - esteem through the martial arts,. *International Journal of Sport Psychology*, vol. 17, pp. 234 - 239.
- Seo, E., Kim, H., Sim, Y., Ha, M. S., Kim, U., & Kim, H. (2022). Burnout, Presenteeism and Workplace Conditions of Korean Taekwondo Coaches of High-Performance Athletes. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(10), 5912
- Sisjord, M., & Kristiansen, E. (2009). Elite women wrestlers' muscles. *International Review for the Sociology of Sport*, 44(2), 231 - 246.
- Siana, J.E., Borum, D. and Kryger, H. (1986) Injuries in taekwondo. *British Journal of Sports Medicine* 20(4): 165–166.
- Stefanek, K.A. (2004). An exploration of participation motives among collegiate taekwondo participants. Kinesiology Publications, University of Oregon, Eugene, OR.
- Tasi, Y.L. (2000) An analysis on ages, type and duration of taekwondo women athletes. *Physics Sports* 28: 173–182.
- Twemlow S.W., Lerma B.H. (1996), An analysis of students' reasons for studying martial arts, *Percept Mot Skills*, vol.83, no. 1, pp. 99–103
- Twemlow, S., Lerma, B., & Twemlow, S. W. (1996). An analysis of student's reasons for studying martial arts. *Perceptual and motor skills*, 83, 99 - 103.
- Vertonghen, J., & Theeboom, M. (2010). The social - psychological outcomes of martial arts practice among youth: a review. *Journal of Sports Science and Medicine*, 9, 528–537.
- Vit, M., & Reguli, Z. (2011). Motivation and value orientation of combative systems trainers. Ido Movement for Culture. *Journal of Martial Arts Anthropology*, 11, 52–59.



Σβεντζούρη Βασιλική, *Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

Witkowski, K., Cynarski, W. J., &Blazejewski, W. (2013).Motivations and determinants underlying the practice of martial arts and combat sports.Ido Movement for Culture. *Journal of Martial Arts Anthropology*, 13, 17 - 26.

Wasik, J. (2014). Three areas of Taekwondo identification and practice.Ido Movement for Culture. *Journal ofMartial Arts Anthropology*, 14, 22–26.

Wasik J, Shan G. Target Effect on the kinematics of taekwondo roundhouse kick. Is the presenceof a physical target a stimulus, influencing muscle - power generation? *Acta Bioeng Biomech*.2015 ;17(4):115 - 20.

Wasik J., Shan G. (2014), Factors influencing the effectiveness of axe kick in taekwon - do, *Archives of Budo*, vol. 10,no. 1, pp. 29–36.

Wasik J., Ortenburger D., Gora T. (2015), Dealing with angerby taekwondo practitioners of a different level of advancement and age [in:] R.M. Kalina [ed.], *Proceedings of the 1<sup>st</sup>World Congress on Health and Martial Arts in Interdisciplinary Approach*, vol. 1. Archives of Budo, pp. 175–176.

Weiss, E. R., & Miller, J. G. (2019). Training the body and mind: Examining psychological correlates of Taekwondo. *International Journal of Martial Arts*, 5, 32-48.

Young, K. (1997).Women, sport and physicality: Preliminary findings from a Canadian study. *International Review for the Sociology of Sport*, 32, 297 - 305.

Young deok Kim, Minsoo Kang, Anna M. Tacon, James R, Morrow Jr. Longitudinal trajectories of physical activity in women using latent class growth analysis: The WIN Study. *J Sport Health Sci*. 2016

Yu, R. (1995) The history of taekwondo development. *Olympic Journal* 31: 57–59.

Zemper, E.D. and Pieter, W. (1986) Injury rates during the 1988 US Olympic team trialsfor taekwondo. *British Journal of Sports Medicine* 23(3): 161–164.

Zeng, Z. H., Cynarski, W. J., &Xie, L. S. (2013). Martial Arts Anthropology, Participants' Motivation and Behaviours. *Martial Arts in Chanshu: Participants' Motivation, Practice Times and Health Behaviours*. Lambert Academic Publishing, Saarbrücken.

## Παράρτημα

### ΠΡΩΤΟΚΟΛΛΟ ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗΣ

#### Ενημέρωση και δήλωση συναίνεσης

Αυτή η συνέντευξη πραγματοποιείται στα πλαίσια εκπόνησης της διπλωματικής εργασίας της φοιτήτριας Σβεντζούρη Βασιλικής με σκοπό την ολοκλήρωση των μεταπτυχιακών της σπουδών στο Ελληνικό Ανοικτό Πανεπιστήμιο, στη Σχολή Κοινωνικών Επιστημών και συγκεκριμένα στο Μεταπτυχιακό Πρόγραμμα Σπουδών «Αθλητικές Σπουδές: Ιστορία, Κοινωνιολογία και Ανθρωπολογία». Η διπλωματική εργασία έχει τίτλο «Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα» και στοχεύει στη διερεύνηση της ενασχόλησης αθλητών και αθλητριών με το συγκεκριμένο άθλημα στην Ελλάδα, στο κανονιστικό του πλαίσιο και στην ένταξή του στους Ολυμπιακούς Αγώνες.

Η συμμετοχή σας στην παρούσα έρευνα είναι ανώνυμη. Οι απαντήσεις σας στην συνέντευξη καταγράφονται και θα αξιοποιηθούν αποκλειστικά και μόνο για τις ανάγκες της εκπόνησης της συγκεκριμένης διπλωματικής εργασίας, στα πλαίσια του Μεταπτυχιακού Προγράμματος Σπουδών.

Αύξων	Αριθμός	Συνέντευξης:
.....		

Ημερομηνία
Συνέντευξης:...../...../2022

Τόπος	διεξαγωγής
συνέντευξης:.....	.....

Ας ξεκινήσουμε την συζήτηση με ορισμένες γενικές πληροφορίες για εσάς:

#### Γενικές πληροφορίες

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

1. **Φύλο:**.....  
.....
2. **Ηλικία:**.....  
.....
3. **Χρόνια** ..... **ενασχόλησης** ..... **με** ..... **το**  
**άθλημα:**.....  
.....

-----  
-----

Συνεχίζοντας, θα σας παρακαλούσα να μου απαντήσετε στα παρακάτω ερωτήματα:

### **Ερωτήματα Συνέντευξης**

#### **A) Ενασχόληση με το άθλημα του TaeKwonDo**

1. Ποια είναι η σχέση σας με το άθλημα του Taekwondo;
2. Τι σας παρακίνησε να ασχοληθείτε με το Taekwondo;
3. Γιατί διαλέξατε να ασχοληθείτε με το Taekwondo και όχι με κάποιο άλλο μαχητικό άθλημα;
4. Τι σημαίνει για εσάς το Taekwondo;
5. Ποιος είναι ο ρόλος του Taekwondo στη ζωή σας;
6. Παρατηρήσατε αλλαγές στη ζωή σας λόγω της ενασχόλησής σας με το Taekwondo;
7. Ποια πιστεύετε πως είναι η γνώμη των συγγενών και των φίλων σας για το άθλημα;

*Σβεντζούρη Βασιλική, Το άθλημα του TaeKwonDo στην Ελλάδα*

**Β) Παράγοντες συνέχισης του αθλήματος ή απόσυρσης από το άθλημα**

1. Για πόσα χρόνια θεωρείτε πως θα ασχολείστε με το άθλημα;
2. Υπάρχουν λόγοι για τους οποίους θα συνεχίζατε ή θα σταματούσατε το Taekwondo;
3. Υπάρχουν συναθλητές σας που σταμάτησαν το Taekwondo;
- 3<sup>α</sup>. Για ποιους λόγους σταμάτησαν;

**Γ) Διαστάσεις του φύλου στην ενασχόληση με το άθλημα**

1. Το Taekwondo απευθύνεται και σε άνδρες και σε γυναίκες;
2. Στο σύλλογό σας υπάρχουν και άντρες και γυναίκες;
3. Η προπόνηση ανδρών και γυναικών είναι κοινή ή διαφοροποιείται;
4. Πως «βλέπουν» οι συναθλητές σας (άνδρες και γυναίκες) την συμμετοχή γυναικών στο άθλημα;

**Δ) Το αγωνιστικό πλαίσιο λειτουργίας του αθλήματος**

1. Η εισαγωγή του Taekwondo στους Ολυμπιακούς αγώνες επηρέασε το άθλημα;
- 1<sup>α</sup>. Αν ναι, με ποιόν/ποιους τρόπους;
2. Ποιό θεωρείτε ότι θα πρέπει να είναι το μέλλον του αθλήματος στους Ολυμπιακούς Αγώνες;
3. Επηρεάζουν το Taekwondo οι τροποποιήσεις του κανονιστικού πλαισίου των αγώνων;
- 3<sup>α</sup>. Αν ναι, πως επηρεάζουν αυτές οι τροποποιήσεις το κανονιστικό πλαίσιο των αγώνων;
4. Ποια θεωρείτε την σημαντικότερη αλλαγή στο κανονιστικό πλαίσιο του Taekwondo;

**Σε αυτό το σημείο η συζήτησή μας ολοκληρώθηκε. Υπάρχει κάτι άλλο που θα θέλατε να συμπληρώσετε; (Αν αναφερθεί κάτι επιπλέον στο τέλος της συνέντευξης το σημειώνετε)**

**Σας ευχαριστώ και πάλι για τον χρόνο που μου διαθέσατε για την συμμετοχή σας στην έρευνα!**