

مشکلات روانی ورزشکاران المپیک پس از بازنشستگی

خودت را نکش!

گزارش

دیوید کاوردیل

ورزشکاران المپیک و پارالمپیک پس از بازنشستگی در معرض خطر قرار دارند و دچار بحران‌های روانی می‌شوند. بررسی‌ها نشان داده، تعداد قابل توجهی از ورزشکاران انگلیسی که در المپیک‌ها مدال برده‌اند، گرفتار افسردگی، اضطراب و حتی افکار خودکشی شده‌اند. بسیاری از آنها می‌گویند که دولت انگلیس به آنها کم‌توجهی می‌کند. هفت ماه پیش بود که کریگ فالون، قهرمان جودوی جهان در سال ۲۰۰۵ که در المپیک‌های آتن ۲۰۰۴ و پکن ۲۰۰۸ شرکت کرده بود، پس از یک دوره افسردگی شدید خودکشی کرد و جان باخت.

کالوم اسکینر، دوچرخه‌سواری که در المپیک ۲۰۱۶ ریو طلا گرفت پس از بازنشستگی دچار افسردگی شد و حالا گروهی به نام ورزشکاران جهانی را به راه انداخته است. او می‌گوید: «سازمان‌ها وظیفه دارند که حتی پس از بازنشستگی هم از ورزشکاران مراقبت کنند. کارهای بسیار بسیار بیشتری باید در این زمینه انجام شود.» مطالعات نشان می‌دهد که ورزشکاران سابق المپیک و پارالمپیک به طور خاص در معرض افسردگی قرار دارند. آنها در هنگام پایان دوران ورزشی‌شان دچار از دست دادن هویت و هدف می‌شوند چرا که تمام تمرکزشان را روی ورزش گذاشته‌اند و پس از آنکه در میان بهترین‌های دنیا قرار داشته‌اند، باید به جریان زندگی عادی برگردند. آنها پس از بازنشستگی به‌اندوه گرفتار می‌شوند و به همین دلیل است که روانشناسان می‌گویند، «ورزشکاران تنها افرادی هستند که دوبار می‌میرند.»

کلی میسی ۳۵ ساله، دوندۀ بازنشسته، در دوی ۴ در ۴۰۰ متر در المپیک ریو مدال برنز کسب کرد و حالا مدرس و پژوهشگر دانشگاه جان مورز لیورپول است. او گفت: «اینکه ورزشکار باشید باعث می‌شود ۲۴ ساعت ۷ روز هفته درگیر ورزش باشید. این موضوع روی همه چیز شما تأثیر می‌گذارد؛ اینکه چه چیزی می‌خورید، چه زمانی می‌خوابید، چه زمانی تمرین می‌کنید، چه زمانی به معاشرت می‌پردازید. به محض اینکه این دوران تمام شود، برخی افراد با این مشکل روبه‌رو می‌شوند که یک فضای خالی بسیار بزرگ در زندگی‌شان پیش آمده است. برخی موارد بوده که افراد بستری شده‌اند چون واقعا نتوانسته‌اند باز زندگی پس از بازنشستگی کنار بیایند.»

این مشکل در ورزش قایقرانی موج می‌زند. الکس پارتیج ۳۹ ساله که دوبار مدال المپیک گرفته، پس از ترک ورزش در المپیک ۲۰۱۲ لندن، به مشکلات روانی گرفتار شد. او گفت که اوضاع از المپیک ۲۰۱۶ ریو بدتر

شد، زمانی که تیم هشت نفره انگلیس توانست مدال طلا را کسب کند، در حالی که او در دوران ورزشی‌اش به این مدال نرسیده بود. پارتیج در نوامبر ۲۰۱۶ به دلیل رانندگی در حالت نامتعارف یک سال از نشستن پشت فرمان محروم شد و از شغلش به عنوان مدیر حسابداری یک شرکت سرمایه‌گذاری هم کنار گذاشته شد. او گفت: «وقتی اوضاع خراب شد، هیچ‌کس از طرف قایقرانی انگلیس با من تماس نگرفت.» فلان هیل ۴۰ ساله در قایقرانی المپیک ۲۰۱۶ طلا گرفت. او با پارتیج هم در لندن برنز گرفته بود. او در اکتبر ۲۰۱۶ ای میلی دریافت کرد که در آن اعلام شده بود چه‌اش قطع می‌شود و یک راهنما برای بازنشستگی هم برایش فرستاده شده بود. هیل گفت: «تا این حد به چیزی که عاشقش بودم متعهد بودم و بعد یک نامه فرستادند و نوشتند: ممنون و خدا حافظ. سخت

هفت ماه پیش بود که

کریگ فالون، قهرمان

جودوی جهان در سال

۲۰۰۵ که در المپیک‌های

آتن ۲۰۰۴ و پکن ۲۰۰۸

شرکت کرد، پس از یک

دوره افسردگی شدید

خودکشی کرد

است، البته بودجه محدود است اما این حس به شما دست می‌دهد که ناگهان شما را از سیستم بیرون پرت می‌کنند. من البته از خوش‌شانس‌ها بودم و قبل از بازنشستگی شغل خودم را انتخاب کرده بودم اما خیلی از آدم‌ها به مشکل برخوردۀ‌اند.»

گیل امز در المپیک آتن در مسابقات دوئل بدمیتون مدال نقره گرفت و بعد از بازنشستگی پس از المپیک پکن، افسرده شد. او نتوانست شغل پیدا کند و مجبور شد اموالش را در ای‌بی به فروش بگذارد تا از عهده مخارج زندگی‌اش برب‌آید. امز ۴۲ ساله گفت: «ما روی یک نوار نقاله هستیم. هر بار که مدال می‌گیریم، می‌گویند: عالی‌بود، کارت را انجام دادی، حالا برو کنار! ورزشکاران بیشتر و بیشتری درباره افسردگی، اضطراب و مشکلات‌گذار به دوران معمول زندگی حرف می‌زنند. اوضاع ورزش انگلیس اصلا خوب نیست. پس مراقبت از ورزشکاران چه می‌شود؟»

یک ورزشکار تا سه ماه پس از کنار رفتن از تیم‌های ملی

انگلیس حقوق و بیمه پزشکی دارد. آنها تا شش ماه پس از بازنشستگی به مشاوران سبک زندگی دسترسی دارند و تا سه ماه هم می‌توانند از تیم سلامت روان بهره‌برند. این تیم در سال ۲۰۱۸ تشکیل شده است اما میسی می‌گوید: «ورزشکاران برای مدتی طولانی‌تر نیاز به این چیزها دارند. اگر دچار بحرانی بزرگ شده باشید، دوست دارید هر چیزی بشنوید جز اینکه بگویند: بی‌خیال، خودت را جمع کن. افسردگی شاید به این سرعت شروع نشود و شاید یک سال بعد به سراغ فرد بیاید.»

گلدی سایرز در پرتاب نیزه در پکن برنز گرفت. او در رشته مدیریت ورزشی مدرک کارشناسی ارشد گرفت و در پایان نامه‌اش با ۹ ورزشکار المپیک مصاحبه کرد. مصاحبه او درباره نحوه گذار از ورزشکار بودن به داشتن شغلی دیگر بود. او گفت: «این ۹ نفر ۱۲ مدال المپیک کسب کرده و روی هم ۲۷ بار سابقه حضور در المپیک را داشتند. همه آنها به نحوی دچار مشکل بودند. برخی بیشتر از دیگران مشکل داشتند. یک ورزشکار از بهترین دنیا بودن تبدیل می‌شود به فردی که در یک شغل متفاوت، در پایین هرم قرار دارد. مسأله این نیست که حمایت وجود ندارد، مسأله این است که حمایت در زمان مناسبی باشد. شما بازنشسته می‌شوید، حس آزادی دارید و نبود مقررات سخت‌عالی است اما بعد واقعیت خودش را نشان می‌دهد و شما نیاز به داشتن یک برنامه زمانی منظم پیدا می‌کنید. حمایت باید پس از شش ماه هم ادامه داشته باشد. در آن هنگام است که اکثر افراد نیاز به حمایت دارند. مسأله دیگر این است که مدال المپیک در گذشته ارزش مالی بسیاری داشت اما حالا قهرمانان المپیک حتی نمی‌توانند با فروش مدال‌هایشان به درآمد چندانی برسند. افرادی که در دهه ۱۹۹۰ مدال بردند همچنان در درآمد حاصل از آنها استفاده می‌کنند چون در آن هنگام مدال‌ها خیلی کم بودند. حالا شما باید بعد از بازنشستگی از ورزش، به سراغ شغل دیگری بروید.»

وزارت ورزش انگلیس در سال ۲۰۱۷ «شبکه آینده ورزشکاران» را تأسیس کرد اما ورزشکاران می‌گویند هنگامی که حقوق می‌گیرند، مدیران ترجیح می‌دهند که آنها به سراغ تحصیلات یا کارهای دیگر نروند. کریستا کولن ۳۴ ساله و برنده مدال طلای هاکی در المپیک ریو می‌گوید: «اوضاع زمانی خوب می‌شود که مربیان ورزشکاران را تشویق کنند که برای آینده برنامه‌ریزی کنند اما این کار سختی است، چون مربیان بر مبنای عملکرد بازیکنانشان رتبه‌بندی می‌شوند و نمی‌خواهند حواس ورزشکارانشان پرت شود. ما مسیری طولانی را به جلو آمده‌ایم اما هنوز راهی دراز در پیش داریم.»

منبع: دیلی میل

نخستین تیم زنانه هاکی روی یخ در قرقیزستان

شکستن تابوی جنسیت

کوتاه‌تر از گزارش



گروهی از دخترها در روستایی دورافتاده در قرقیزستان به اتفاق یکدیگر نخستین تیم کاملاً زنانه هاکی روی یخ تاریخ این کشور آسیای مرکزی را تشکیل داده‌اند. روستای شمالی اوتراندوئه در ۴۰۰ کیلومتری شرق پایتخت، بیشکک، خاستگاه این تیم ۱۵ نفره بوده که از سه سال پیش کارش را شروع کرده در قطعه زمینی که متعلق به مربی‌شان بود با هر امکاناتی که توانسته بودند فراهم کنند. مربی تیم سلامت عبدالرحمان اف می‌گوید: «در زمستان، پیست پاتیناژ درست می‌کنم. این ششمین سال است که این کار را در زمین خودم انجام می‌دهم.» خبر این تیم تا سوئیس هم رفته و به زودی می‌توانند از یدهای حرفه‌ای هاکی که گروهی از خیرهای قرقیز مقیم آن کشور در اختیارشان قرار داده، استفاده کنند.

این تیم که نام خود را شاپک گذاشته هیچ رقیبی که زنانه باشد برای بازی ندارد و به همین دلیل مجبور است باتیم‌های مردانه بازی کند؛ مصدومیت‌هایی که برای برخی بازیکنان پیش آمده، باعث نگرانی والدین‌شان شده است. آبنورا ژاسیرکیوا، مادریکی از بچه‌های می‌گوید: «از اول مخالف بودم و تا زگی‌ها و اوزا بازی منع کرده‌ام. یک صفحه به چشم او خورده و بیهوش شده اما حالا بهتر است و دوباره می‌خواهد بازی کند.»

تیم زنانه تابوی جنسیتی را در کشوری که ورزش تحت سلطه مردان است، شکسته و حالا جای خود را در لیگ‌های داخلی باز کرده. زارینا کارابائووا دروازه‌بان تیم می‌گوید: «همکلاسی من، دختر مربی، به من پیشنهاد بازی داد. درون دروازه ایستادم و چون خودم را نشان دادم من را دروازه‌بان کردند. هرگز در ذهنم هم تصور نمی‌کردم یک روز هاکی بازی کنم.»

منبع: رویترز

می‌ودر: همه تمرین من شنا و دراز نشست بود

فلوید می‌ودر ادعای می‌کند برای کسب آمادگی سوپر مسابقه‌اش با کانر مک‌گرگور در سال ۲۰۱۷ چندان تمرین نکرده و آنچه انجام داده تنها دراز نشست و شنا بوده. «مبارزه پول» با پیروزی می‌ودر با ناک‌اوت فنی در راند دهم رقم خورده و او بعد از آن دیگر به رینگ بازنگشته. او با آنکه تأکید می‌کند این مسابقه را کاملاً جدی گرفته اما می‌گوید به شکل واقعی برای آن تمرین نکرده. می‌ودر گفت: «همه کاری که من کردم، تنها شنا و دراز نشست بود. واقعا همه کار من همین بود. شنا و دراز نشست. چند بار هم بوکس و چند ضربه به کیسه چون واقعا اردوی تمرینی در جاهای مختلفی برگزار می‌شد. چند روز در یک کمپ تمرینی در لاس‌وگاس شرکت کرده بودم، گاهی هم یک هفته بدنسازی کار می‌کردم. بازی را کاملاً جدی گرفته بودم. همانطور که قبلاً هم گفته بودم می‌خواستم از این مسابقه لذت ببرم و از طرف دیگر هم می‌خواستم مردم را سرگرم کنم. روش کار من این است، نیازی ندارم که فیلم مسابقات قبلی یک حریف را ببینم چون من فلوید می‌ودر هستم و همه باید فیلم مبارزات من را ببینند.»

گفته می‌شود می‌ودر به خاطر آن مسابقه نمایشی در لاس‌وگاس که تقریباً سه سال قبل برگزار شد، ۲۱۱ میلیون پوند به دست آورد. آخرین مسابقه او یک دیدار نمایشی با قهرمان کیک بوکسینگ ژاپنی، تنشین ناسوکاوا بود که در شب سال نوی ۲۰۱۸ برگزار شد. می‌ودر که ابتدا در سپتامبر ۲۰۱۵ و بعد از غلبه بر آندره برتو، بوکس حرفه‌ای را کنار گذاشته بود بعد از نزدیک به دو سال تصمیم به این مسابقه با فوق ستاره UFC گرفت که دومین مسابقه گرانقیمت تاریخ بوکس از نظر پرداخت درازای تماشا نبود. او بعد از این مسابقه دوباره بازنشستگی خود را اعلام کرد. او اخیراً اعلام کرده شاید در سال ۲۰۲۰ دوباره مسابقه بدهد با همکاری رئیس UFC دانا وایت بنابراین تعجب نکنید اگر او دوباره در یک مسابقه نمایشی یا از آن مسابقات پولساز دیدید.

منبع: BoxingClever