



Κάρτες συζήτησης– Προπονητές

Σύμμαχοι Ασφαλούς Αθλητισμού



1. Θέματα συζήτησης

ΚΑΡΤΑ ΟΔΗΓΙΩΝ

Αυτό το σύνολο των 12 «Κύκλων συζήτησης» έχει σχεδιαστεί για να βοηθήσει στην έναρξη συζητήσεων μεταξύ προπονητών σχετικά με ασφαλή αθλήματα / ασφαλή αθλητικά περιβάλλοντα. Οι κάρτες χωρίζονται σε τρεις θεματικές ενότητες: 1) επικοινωνία, 2) ομαδικό πνεύμα και 3) αντιμετώπιση δύσκολων καταστάσεων.

Το θέμα υποδεικνύεται σε κάθε κάρτα με ένα σύμβολο. Αρχικά, επιλέξτε μία κάρτα κάθε φορά για να συζητήσετε με την ομάδα σας. Φροντίστε να αφιερώσετε χρόνο για να εξετάσετε προσεκτικά κάθε ερώτηση και να ενθαρρύνετε τόσο τον προβληματισμό όσο και την ανταλλαγή σκέψεων και εμπειριών για κάθε θέμα. Θυμηθείτε, δεν πρόκειται για την εξεύρεση λύσης ή την παροχή της σωστής απάντησης, αλλά για τη δημιουργία διαλόγου. Να περάσετε καλά!

Στοχεύει

- Συμμετέχετε σε μια ανοιχτή συζήτηση για διάφορα θέματα που συμβάλλουν σε ένα ασφαλές αθλητικό κλίμα.
- Ανταλλαγή παραδειγμάτων βέλτιστων πρακτικών για τη δημιουργία και την προώθηση ενός ασφαλούς αθλητικού περιβάλλοντος.
- Μοιραστείτε, προβληματιστείτε και μάθετε από τις εμπειρίες των συναδέλφων προπονητών.

Θέμα: Επικοινωνία

Ως προπονητής, ποιο είναι το στυλ επικοινωνίας σας;

- Έχετε την τάση να είστε αυστηροί και να κρατάτε αποστάσεις ή είστε φιλικοί και κοντά με τους συμμετέχοντες στο άθλημα σας;
- Αλλάζει το στυλ επικοινωνίας σας ανάλογα με την ηλικία των αθλητών σας;
- Με ποιον τρόπο μεταφέρετε την προπόνηση / τα μηνύματά σας στους συμμετέχοντες στο άθλημα σας; Τι λειτουργεί και τι όχι;

Με ποιους τρόπους θέλετε οι αθλητές σας να επικοινωνούν μαζί σας;

Πώς ενθαρρύνετε την ανοιχτή και ειλικρινή επικοινωνία ανάμεσα σε εσάς και τους συμμετέχοντες στο άθλημα;

- Ποιες ιδιότητες υποστηρίζουν / επιτρέπουν σε έναν συμμετέχοντα σε άθλημα να σας μιλήσει για κάτι που μπορεί να σας κάνει δυστυχισμένους ως προπονητής (π.χ. τραυματισμός, δεν αισθάνεστε καλά, σύγκρουση προγράμματος κ.λπ.).
- Έχετε συμβουλές για κάνετε τον εαυτό σας προσιτό ως άτομο και να εξακολουθείτε να έχετε την εξουσία να απευθύνεστε στους συμμετέχοντες στο άθλημα σας ως προπονητές τους;

Πώς φέρνετε ένα δύσκολο θέμα στην ομάδα σας;

- Ποιοι είναι μερικοί διαφορετικοί τρόποι με τους οποίους μπορείτε να προσεγγίσετε ή να ξεκινήσετε μια δύσκολη συζήτηση;



- Πώς δημιουργείτε ένα κλίμα όπου οι συμμετέχοντες στον αθλητισμό αισθάνονται ασφαλείς να εκφράσουν ανοιχτά τις απόψεις τους για βαριά, σκληρά ή μη δημοφιλή θέματα;
-

Θέμα: Ομαδικό πνεύμα

Πώς αυξάνετε το ομαδικό πνεύμα στην ομάδα σας;

- Υπάρχουν ασκήσεις «χτισίματος» πνεύματος που χρησιμοποιείτε κατά τη διάρκεια των προπονήσεών σας;
 - Πώς οργανώνετε τη δημιουργία μικρών ομάδων για μια συγκεκριμένη άσκηση;
 - Τι κάνετε για να βεβαιωθείτε ότι όλοι οι συμμετέχοντες στον αθλητισμό τα πάνε καλά και δεν υπάρχουν κλίκες;
-

Πώς διασφαλίζετε ότι οι συμμετέχοντες στο άθλημα αλληλεπιδρούν μεταξύ τους με θετικό τρόπο;

- Με ποιους τρόπους το αναζητάτε ρητά κατά τη διάρκεια των προπονήσεών σας;
 - Πώς δημιουργείτε ένα περιβάλλον όπου οι συμμετέχοντες στον αθλητισμό σέβονται ο ένας τον άλλον για αυτό που είναι;
-

Πώς δείχνετε σεβασμό στην ομάδα σας;

- Τι σημαίνει σεβασμός για εσάς;
 - Μπορείτε να δώσετε μερικά παραδείγματα για το πώς δείχνετε τον σεβασμό σας στους συμμετέχοντες στον αθλητισμό σας;
 - Οι συμμετέχοντες στο άθλημα δείχνουν ότι σας σέβονται ως προπονητή; Με ποιους τρόπους;
-

Πώς δείχνετε σεβασμό στους συναδέλφους σου προπονητές; Μπορείτε να δώσετε ένα παράδειγμα;

- Τι σημαίνει σεβασμός για εσάς;
 - Μπορείτε να δώσετε μερικά παραδείγματα για το πώς δείχνετε σεβασμό στους συναδέλφους σου προπονητές και συναδέλφους;
 - Οι συνάδελφοί σου δείχνουν ότι σας σέβονται ως προπονητή; Με ποιους τρόπους;
-

Πώς δημιουργείτε ένα ασφαλές αθλητικό περιβάλλον για τους αθλητικούς σας συμμετέχοντες;

- Τι σημαίνει για εσάς ένα ασφαλές αθλητικό περιβάλλον;
 - Πώς θα έμοιαζε ένα μη ασφαλές αθλητικό περιβάλλον;
 - Πώς μπορείτε, ως προπονητής, να συμβάλλετε ενεργά στη δημιουργία και διαίωνιση ενός ασφαλούς αθλητικού περιβάλλοντος (τόσο σωματικά όσο και ψυχικά ασφαλούς) για όλους τους συμμετέχοντες στον αθλητισμό;
-

Θέμα: Αντιμετώπιση δύσκολων καταστάσεων



Πώς χειρίζεστε τις (μικρές) συγκρούσεις μεταξύ των συμμετεχόντων στο άθλημα;

- Πώς θα χειριζόσασταν μια σύγκρουση μεταξύ του εαυτού σας, ως προπονητή, και ενός συμμετέχοντος στον αθλητισμό;
- Με τι παλεύετε όταν υπάρχει σύγκρουση μέσα στην ομάδα των συμμετεχόντων στον αθλητισμό;

Μοιραστείτε μια κατάσταση όπου παρατηρήσατε εκφοβισμό στην ομάδα σας και περιγράψτε τον αντίκτυπο.

- Πώς χειριστήκατε την κατάσταση ως προπονητής;
- Ποια μέτρα λάβατε και ποιους συμπεριλάβατε για να σας βοηθήσουν;
- Ανατρέχοντας στο παρελθόν πίσω, θα είχατε κάνει κάτι διαφορετικό;
- Τι συμβουλή θα δίνετε στους συναδέλφους προπονητές αν αντιμετώπιζαν μια κατάσταση εκφοβισμού στην ομάδα τους;

Είχατε μια συζήτηση με τους συμμετέχοντες στο άθλημα σας σχετικά με το θέμα του εκφοβισμού;

- Εάν ναι, πώς ανταποκρίθηκαν οι συμμετέχοντες στο άθλημα σας σε αυτή τη συζήτηση; Αν όχι, γιατί;
- Τι σας ώθησε να οργανώσετε τη συζήτησή σας;
- Τι συμβουλές θα δίνετε σε άλλους προπονητές ή συναδέλφους εάν οργανώσουν μια συζήτηση για τον εκφοβισμό;

Οι συμμετέχοντες στο άθλημα έχουν σαφή κατανόηση της παρενόχλησης και της κακοποίησης και ξέρουν τι να κάνουν ή σε ποιον να μιλήσουν αν δουν ή ακούσουν κάτι που τους απασχολεί εντός του αθλητικού συλλόγου;

- Τι σας κάνει να αισθάνεστε ότι οι συμμετέχοντες στο άθλημα σας γνωρίζουν / δεν γνωρίζουν τι μπορούν να κάνουν αν τους αφορά;
- Πιστεύετε ότι εσείς, ως προπονητής, είστε επαρκώς ενημερωμένοι σχετικά με την πολιτική διασφάλισης του συλλόγου σας και τις διαδικασίες αναφοράς;

2. Διαγωνισμός κατάταξης

ΚΑΡΤΑ ΟΔΗΓΙΩΝ

Η παρενόχληση και η κακοποίηση έρχονται σε διάφορες μορφές (σωματική κακοποίηση, ψυχολογική κακοποίηση, σεξουαλική παρενόχληση και κακοποίηση και παραμέληση) και σε ποικίλες σοβαρές. Τα όρια για να θεωρηθεί μια συμπεριφορά αποδεκτή ή μη αποδεκτή μπορεί να είναι διαφορετικά για διαφορετικούς ανθρώπους ή πολιτισμούς και μπορεί να αλλάξουν με την πάροδο του χρόνου. Αυτό μπορεί μερικές φορές να περιπλέξει την αξιολόγηση καταστάσεων παρενόχλησης και κακοποίησης. Αυτή η ανάθεση θέλει τους προπονητές να σκεφτούν ποια κριτήρια μπορούν να χρησιμοποιηθούν για να αξιολογήσουν τη σοβαρότητα μιας κατάστασης. Βασίζεται στο σύστημα οριακών σημείων (βασισμένο στο σύστημα [σημαίας Sensoa](#)).

Αυτό το σετ περιέχει **4 διαφορετικές κάρτες** - Κάρτα Οδηγιών. Κάρτα με πληροφορίες ιστορικού, Κάρτα κατάστασης - Ομαδικό άθλημα. Κάρτα κατάστασης - Ατομικό άθλημα.

Υπάρχουν δύο τύποι καρτών κατάστασης για να διαλέξετε: (1) Ομαδικό άθλημα ή (2) Ατομικό άθλημα. Χρησιμοποιήστε τις κάρτες που αντιστοιχούν περισσότερο στη ζωή των συμμετεχόντων στο άθλημα.

Η άσκηση αποτελείται από 2 μέρη:

Μέρος 1 - Κατάταξη με βάση τη σοβαρότητα 5

- Πριν ξεκινήσετε, δημιουργήστε ομάδες 2 έως 4 ατόμων (ανάλογα με το μέγεθος της ομάδας)
- Επιλέξτε την κάρτα κατάστασης που θέλετε να κατατάξετε (Ομαδικό άθλημα ή Ατομικό Άθλημα)
- Μοιραστείτε την κατάσταση με όλες τις ομάδες και ορίστε τις συμπεριφορές κατά σειρά σοβαρότητας (1 = λιγότερο σοβαρή, 7 = πιο σοβαρή)
- Μετά την κατάταξη, συζητήστε την κατάταξή σας με τις άλλες ομάδες. Δείτε τις παρακάτω ερωτήσεις συζήτησης.
 - ο Πώς αποφασίσατε για την κατάταξη της σοβαρότητας αυτών των συμπεριφορών;
 - ο Υπάρχουν ορισμένα πράγματα που αισθάνεστε ότι βαραίνουν περισσότερο στην αξιολόγησή σας από άλλα;

Μέρος 2 – Κατηγοροποίηση ανάλογα με την παρέμβαση

- Στο μέρος 2, χωρίστε τις καταστάσεις σε δύο ομάδες
 - ο Καταστάσεις που θα ανταποκρινόσασταν ως προπονητής
 - ο Καταστάσεις που θα ζητούσατε βοήθεια για να τις αντιμετωπίσετε
- Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε τις ακόλουθες ερωτήσεις συζήτησης παρακάτω για να ταξινομήσετε τις καταστάσεις
 - ο Για ποιους τύπους καταστάσεων είναι πιο πιθανό να ζητήσετε βοήθεια;
 - ο Τι θα κάνατε στις καταστάσεις που θα ανταποκρινόσασταν στον εαυτό σας;

Στόχοι

- Μάθετε για τα κριτήρια που χρησιμοποιούν οι συνάδελφοι προπονητές για να αξιολογήσουν τη σοβαρότητα μιας κατάστασης
- Έχετε μια ανοιχτή συζήτηση με συναδέλφους προπονητές σχετικά με το βαθμό παρενόχλησης και κακοποίησης μιας κατάστασης
- Εξοικειωθείτε με τα [κριτήρια](#) του συστήματος οριακών σημείων.



ΚΑΡΤΑ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ – ΟΜΑΔΙΚΟ ΑΘΛΗΜΑ (εκτυπώστε αρκετές φορές αν χρειαστεί)

- A. Ένα μέλος της ομάδας των αγοριών (16 ετών) μερικές φορές χαστουκίζει ή τσιμπάει την πλάτη ενός μέλους της ομάδας κοριτσιών (16 ετών) κατά τη διάρκεια της προπόνησης.
- B. Ο προπονητής κάνει συνεχώς μικρά σχόλια για το βάρος ενός από τους συμμετέχοντες στο άθλημα (14 ετών) μπροστά σε όλη την ομάδα.
- C. Ο Bart (21 ετών), ένας συμμετέχων στον αθλητισμό, συχνά κοιτάζει μια ομάδα κοριτσιών από τον αθλητικό σύλλογο (15 ετών) ενώ προπονούνται στο γήπεδο δίπλα στην ομάδα του. Αυτό τους κάνει να αισθάνονται άβολα.
- D. Τα μέλη μιας ομάδας (16 ετών) αποκλείουν κάποιον από τους συναθλητές τους από την ομάδα WhatsApp.
- E. Μια ομάδα παικτών (14 ετών) που κάθονται στον πάγκο κατά τη διάρκεια του αγώνα τους ρίχνουν κουτάκια σόδας προς την κατεύθυνση του αντιπάλου κατά τη διάρκεια της διακοπής.
- F. Ο Frank (42 ετών) φωνάζει και προσβάλλει τους ενήλικες παίκτες της ομάδας του όταν η αντίπαλη ομάδα σκοράρει κατά τη διάρκεια του τελικού κυπέλλου.
- G. Ο προπονητής του ζητά από τον Αστέρ (15 ετών) να επικεντρωθεί πλήρως στην αθλητική του καριέρα και να σταταλήσει όσο το δυνατόν λιγότερο χρόνο στην εργασία και το σχολείο.

ΚΑΡΤΑ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ – INDIVIDUAL SPORT (εκτυπώστε αρκετές φορές αν χρειαστεί)

- A. Ένας άνδρας συμμετέχων σε αθλήματα (16 ετών) μερικές φορές χαστουκίζει ή τσιμπάει την πλάτη μιας γυναίκας συμμετέχουσας στον αθλητισμό (16 ετών) με την οποία προπονείται συχνά.
- B. Η Sofie, η προπονήτρια, κάνει συνεχώς μικρά σχόλια σχετικά με το βάρος ενός από τους συμμετέχοντες στο άθλημα (14 ετών) μπροστά σε άλλους συμμετέχοντες στο άθλημα.
- C. Ο Bart (21 ετών), ένας συμμετέχων στον αθλητισμό που συχνά προπονείται στο ίδιο γυμναστήριο, κοιτάζει τακτικά ένα κορίτσι από το σύλλογο (15 ετών). Αυτό την κάνει να νιώθει άβολα.
- D. Τα μέλη μιας ομάδας (16 ετών) αποκλείουν κάποιον από τους συναθλητές τους από την ομάδα WhatsApp. Δεν προπονούνται μαζί, αλλά είναι από τον ίδιο σύλλογο.
- E. Μετά από ένα γεγονός, ένας γονέας επιπλήττει το παιδί του και το αποκαλεί «χαμένο» και «καλό για τίποτα» μπροστά σε άλλους γονείς και συμμετέχοντες στον αθλητισμό επειδή, σύμφωνα με αυτούς, το παιδί δεν έκανε το καλύτερό του.
- F. Μετά από μια μακρά πρακτική, ο Frank, ένας 40χρονος προπονητής, δεν είναι ικανοποιημένος με την απόδοση του Lou (16 ετών). Ως τιμωρία, ο Lou λαμβάνει πρόσθετες ασκήσεις και μπορεί να μην σταματήσει μέχρι ο προπονητής Frank να είναι χαρούμενος.

- Γ. Ο προπονητής του ζητά από τον Αστέρ (15 ετών) να επικεντρωθεί πλήρως στην αθλητική του καριέρα και να σπαταλήσει όσο το δυνατόν λιγότερο χρόνο στην εργασία και το σχολείο.

ΓΕΝΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΙΣΤΟΡΙΚΟΥ

Το σύστημα οριακών σημείων καθορίζει πότε μια συγκεκριμένη συμπεριφορά είναι αποδεκτή ή μη αποδεκτή ακολουθώντας αντικειμενικά [κριτήρια](#). Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με την εφαρμογή αυτού του συστήματος στον αθλητισμό, επικοινωνήστε μαζί info@ethischsporten.be.



1. Ατομική συναίνεση / κοινωνική συμφωνία για τη συμπεριφορά:

Κοιτάξτε το ατομικό επίπεδο για να δείτε αν τα άτομα που εμπλέκονται συναινούν στην καθορισμένη συμπεριφορά. Είναι επίσης σημαντικό να δείτε αν υπάρχουν κοινωνικές συμφωνίες (επίσημες / ανεπίσημες) γύρω από ορισμένες συμπεριφορές σχετικά με το πώς αντιμετωπίζετε ο ένας τον άλλον.



2. Εθελοντική συμμετοχή:

Η εθελοντική δέσμευση αναφέρεται στο να είσαι στην κατάσταση από επιλογή και να αλληλεπιδράς με το άλλο άτομο εντελώς εθελοντικά. Σημαίνει επίσης ότι ανά πάσα στιγμή μπορείτε να πείτε σταματήστε και βγείτε από την κατάσταση.



3. Ισότητα:

Μια κατάσταση μπορεί να ξεπεράσει τα σύνορα μόλις υπάρξει ανισότητα μεταξύ των εμπλεκόμενων. Αυτό συμβαίνει όταν υπάρχει ανισορροπία ισχύος όσον αφορά την ηλικία, τη γνώση, τη νοημοσύνη, το κύρος, τη δύναμη, τη θέση ... Δεν είναι η ανισότητα που κάνει την κατάσταση να ξεπερνά τα όρια, αλλά το γεγονός ότι γίνεται κατάχρηση αυτής της ανισότητας για να την εκμεταλλευτούμε.



4. Επίπεδο ανάπτυξης ή λειτουργίας:

Αναμένουμε από τους ενήλικες να έχουν ένα ελάχιστο επίπεδο συναισθηματικής και συμπεριφορικής αυτοκατεύθυνσης και ωριμότητας για να λειτουργήσουν σε κοινωνική και σεξουαλική κατάσταση. Η συμπεριφορά των παιδιών και των εφήβων εξαρτάται περισσότερο από το αναπτυξιακό στάδιο στο οποίο βρίσκονται σήμερα. Αυτό δεν σημαίνει ότι τις εγκρίνουμε, αλλά μερικές φορές ρίχνει διαφορετικό φως στην κατάσταση.



5. Πλαίσιο:

Ανάλογα με την εθιμοτυπία και τους κανόνες ενός πλαισίου, η κατάσταση γίνεται λιγότερο σοβαρή ή είναι έστω εντελώς εντάξει. Ή αντίστροφα, όσο πιο ακατάλληλη είναι η συμπεριφορά σε ένα συγκεκριμένο πλαίσιο, τόσο πιο σοβαρή θα γίνει η κατάσταση.



6. Αντίκτυπος:

Υπάρχει αρνητικός αντίκτυπος ή βλάβη σε όσους εμπλέκονται (είτε στο άτομο που ξεκινά τη συμπεριφορά, στο άτομο που υφίσταται τη συμπεριφορά, σε άλλα εμπλεκόμενα άτομα ή στο αθλητικό πλαίσιο);

3. Τι θα κάνετε;

ΚΑΡΤΑ ΟΔΗΓΙΩΝ

Η παρενόχληση και η κακοποίηση μπορούν να λάβουν πολλές διαφορετικές μορφές. Εάν δείτε μια κατάσταση παρενόχλησης και κακοποίησης ή εάν κάποιος σας πει για μια κατάσταση, είναι σημαντικό να γνωρίζετε πώς να είστε θετικός **θεατής**.

Σε αυτή την άσκηση θα βρείτε τρεις διαφορετικές «Καταστάσεις κατάστασης» και τρεις κάρτες με γενικές πληροφορίες. Κάθε κάρτα περιγράφει μια πιθανή κατάσταση παρενόχλησης και κακοποίησης. Διαβάστε την κατάσταση δυνατά στην ομάδα και συζητήστε χρησιμοποιώντας τις ερωτήσεις συζήτησης που παρέχονται.

Στόχος

- Συζητήστε σχετικά με το τι πρέπει να γίνει σε περιπτώσεις παρενόχλησης και κακοποίησης.
- Μάθετε να αξιολογείτε πότε κρίνεται σκόπιμο να ανταποκριθούν οι ίδιοι ή πότε είναι καλύτερο να αναζητήσουν πρόσθετη βοήθεια.
- Μπορούν εύκολα να αναγνωρίσουν την παραβατική συμπεριφορά, καθιστώντας τους πιο πιθανό να αναλάβουν δράση.

ΚΑΡΤΑ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ 1

Ο Fernando και ο Jonathan είναι προπονητές νέων στον τοπικό αθλητικό σύλλογο. Είναι συμπαθείς και αξιόπιστοι και περνούν πολύ χρόνο με τους νέους συμμετέχοντες στον αθλητισμό. Εξαιτίας αυτού, ακούν πολλές ιστορίες. Μια τέτοια ιστορία αφορά τον Άρθουρ, έναν 14χρονο αθλητή. Προφανώς, ο Άρθουρ αποκλείεται συστηματικά και δεν προσκαλείται σε κοινωνικές δραστηριότητες που διοργανώνονται από τους συμπαίκτες του. Δεν το γνωρίζει αυτό επειδή οι συμπαίκτες του έχουν μια ομάδα WhatsApp χωρίς αυτόν σε αυτήν. Ο Φερνάντο και ο Τζόνναθαν άκουσαν επίσης ότι οι συμπαίκτες κρύβουν περιστασιακά τα ρούχα και τα υπάρχοντα του Άρθουρ στα αποδυτήρια ενώ κάνει ντους. Επίσης, όλοι συμφωνούν να μην μιλήσουν στον Άρθουρ και μερικές φορές να του δώσουν μια ώθηση, ένα σπρώξιμο ή μια γροθιά κατά τη διάρκεια της προπόνησης. Στο γήπεδο, τον Άρθουρ τον κοροϊδεύουν και μερικές φορές τον αντιμετωπίζουν άγρια. Ο Fernando παρατήρησε ότι ο Arthur αποσύρεται όλο και περισσότερο τελευταία.

Ερωτήσεις συζήτησης:

- Τι πιστεύετε για αυτή την κατάσταση;
- Αναγνωρίζετε τα χαρακτηριστικά της συμπεριφοράς εκφοβισμού σε αυτή την κατάσταση;
- Ως προπονητής, τι θα κάνατε σε αυτή την κατάσταση;
- Ποιοι είναι οι λόγοι παρέμβασης ή μη παρέμβασης;
- Τι αντίκτυπο μπορεί να έχει αυτή η κατάσταση στην απόδοση των συμμετεχόντων στο άθλημα ή / και της ομάδας εάν δεν κάνετε τίποτα;

ΓΕΝΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ – ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ 1

Επειδή αυτή η υπόθεση αφορά τον εκφοβισμό, το καλό πρώτο βήμα θα ήταν να ενημερώσετε και να συζητήσετε την κατάσταση με τον **υπεύθυνο προστασίας του συλλόγου** και να συνεργαστείτε για να δείτε πώς να αντιμετωπίσετε καλύτερα το ζήτημα.

Στη συνέχεια, είναι σημαντικό να **μιλήσετε με τον Arthur** για να συζητήσετε πώς αισθάνεται, τι χρειάζεται και πώς μπορείτε να τον βοηθήσετε. Είναι καλύτερο να το κάνετε πρώτα πριν προσεγγίσετε τους συμμετέχοντες

ΑΣΦΑΛΕΙΣ ΑΘΛΗΤΙΚΟΙ ΣΥΜΜΑΧΟΙ – ΚΑΡΤΕΣ ΣΥΖΗΤΗΣΗΣ ΓΙΑ ΠΡΟΠΟΝΗΤΕΣ

στο άθλημα που κάνουν τον εκφοβισμό. Είναι σημαντικό ο Άρθουρ να συμπεριληφθεί στα βήματα που θα γίνουν και να αισθάνεται άνετα με αυτά τα βήματα.

- Κάντε μια ξεχωριστή συζήτηση με τον Άρθουρ. Συνιστάται να επιλέξετε ένα δωμάτιο όπου δεν θα διακοπεί από άλλα άτομα.
- Πείτε στον Άρθουρ τι ακούσατε και ακούστε τι έχει να πει ο Άρθουρ γι' αυτό. «Άκουσα ότι οι άλλοι αθλητές έκρυβαν τα ρούχα και τα υπάρχοντά σας και ότι σας κλείνουν έξω. Μπορείς να μου πεις λίγα περισσότερα γι' αυτό;»
- Ακούστε την ιστορία του Άρθουρ και δώστε χώρο για συναισθήματα: «Μπορώ να πω ότι είσαι αναστατωμένος. Πώς νιώθεις; Τι χρειάζεσαι;»
- Υποδείξτε ότι τα όρια έχουν ξεπεραστεί και ότι απορρίπτετε αυτήν τη συμπεριφορά.
- Μαζί, συζητήστε τις επιλογές και ποια μέτρα μπορούν να ληφθούν. Προσπαθήστε να πείσετε τον Arthur να συμπεριλάβει ανθρώπους που εμπιστεύεται (π.χ. γονείς, φίλους, μια γραμμή βοήθειας).
- Κάντε σαφείς συμφωνίες σχετικά με τα μέτρα που θα λάβετε (π.χ. ομαδική συζήτηση, συμμετοχή του υπεύθυνου προστασίας του συλλόγου κ.λπ.) και πώς θα ενημερώνετε τον Arthur.

Μερικές συμβουλές για να μιλήσετε με νέους συμμετέχοντες στον αθλητισμό:

- Δεδομένου ότι τα περιστατικά εκφοβισμού είναι σοβαρά, θα μπορούσατε να απευθυνθείτε απευθείας στους συμμετέχοντες στο άθλημα για την επιβλαβή, παρενοχλητική και καταχρηστική συμπεριφορά τους.
- Υποδείξτε τι κάνει τη συμπεριφορά ή τις συμπεριφορές μη αποδεκτές και ονομάστε με σαφήνεια την εσφαλμένη συμπεριφορά. Για παράδειγμα:
 - ο «Σας ακούω να αποκλείετε τον Άρθουρ και να του κρύβετε τα πράγματά του στα αποδυτήρια»
 - ο «Δεν είναι εντάξει να αποκλείεις κάποιον ή να παίρνεις τα πράγματά κάποιου. Να γνωρίζετε ότι αυτή η συμπεριφορά επιτρέπει τη λήψη κυρώσεων. Επιλέγουμε να το αντιμετωπίσουμε αυτό μέσω συνομιλίας πρώτα. Αν η συμπεριφορά σου δεν σταματήσει, θα υπάρξουν συνέπειες».

Ρωτήστε γιατί οι συμμετέχοντες στο άθλημα έχουν εμπλακεί σε αυτή τη συμπεριφορά και τις σκέψεις τους για το τι πρέπει να γίνει:

- «Τι σας έκανε να το κάνετε αυτό;»
- «Πώς θα νιώθατε αν σας αντιμετώπιζαν με αυτόν τον τρόπο;»
- «Τι νομίζετε ότι πρέπει να κάνουμε σχετικά με αυτή τη συμπεριφορά;»
- "Τι μπορείτε να κάνετε για να βελτιώσετε ως άτομα και ως ομάδα;"
- "Ποια μέτρα είστε διατεθειμένοι να λάβετε για να επαναφέρετε την κατάσταση;"

Βεβαιωθείτε ότι κατανοούν τη σοβαρότητα της κατάστασης

- «Σοβαρές κυρώσεις μπορούν να ληφθούν για αυτού του είδους τη συμπεριφορά. Επιλέξαμε να το αντιμετωπίσουμε πρώτα μέσω συζήτησης, αλλά αν η συμπεριφορά σας δεν αλλάξει, θα υπάρξουν πιο σοβαρές συνέπειες».

Προγραμματίστε μια άλλη συνάντηση, συμφωνήστε για το πώς θα παρακολουθείται η συμπεριφορά και βεβαιωθείτε ότι υπάρχει σαφής κατανόηση των συνεπειών εάν αυτή η συμπεριφορά επαναληφθεί.

ΚΑΡΤΑ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ 2

Η Elisabeth, μια 15χρονη παίκτρια χόκεϊ, μόλις βγαίνει από μια μακρά περίοδο αποκατάστασης λόγω τραυματισμού στην πλάτη. Την ημέρα πριν από ένα σημαντικό παιχνίδι, αρχίζει ξανά να προπονείται. Η Elisabeth εξακολουθεί να υποφέρει λίγο από τον τραυματισμό της, αλλά ήταν σε θέση να συμμετάσχει περίπου στο ήμισυ της προπόνησης και πήγε πολύ καλά. Εσείς, ως προπονητής των νεότερων παικτών χόκεϊ επί χόρτου, ακούτε μια συζήτηση μεταξύ της Elisabeth και της προπονήτριάς της Céline. Η Céline ικετεύει την Ελισάβετ να παίξει αύριο στο παιχνίδι, παρά το γεγονός ότι μόλις επέστρεψε. Η Céline λέει ότι χωρίς αυτήν, η ομάδα δεν έχει καμία πιθανότητα. Ο γιατρός της Elisabeth υπέδειξε ότι θα πρέπει πρώτα να ολοκληρώσει δύο πλήρεις προπονήσεις πριν παίξει ένα παιχνίδι. Η ίδια η Elisabeth ανυπομονεί να συμμετάσχει ξανά και θέλει οπωσδήποτε να συμμετάσχει. Είναι σίγουρη ότι όλα θα πάνε καλά και ότι το σώμα της είναι έτοιμο, όπως και η συμπαίκτριά της Sarah που επέστρεψε νωρίς από τραυματισμό. Η Elisabeth δεν θέλει να απογοητεύσει τον προπονητή της ή την ομάδα της και είναι αποφασισμένη να τους βοηθήσει να κερδίσουν αυτό το παιχνίδι.

Ερωτήσεις συζήτησης:

- Τι πιστεύετε για αυτή την κατάσταση;
- Ως προπονητής, τι θα κάνατε σε αυτή την κατάσταση;
- Ποιοι είναι οι λόγοι παρέμβασης ή μη παρέμβασης;
- Τι αντίκτυπο μπορεί να έχει αυτή η κατάσταση στην απόδοση των συμμετεχόντων στο άθλημα ή / και της ομάδας εάν δεν κάνετε τίποτα;

ΓΕΝΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ – ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ 2

Γνωρίζουμε ότι η παρέμβαση ή/και η αμφισβήτηση της απόφασης ενός συναδέλφου προπονητή δεν είναι εύκολο βήμα, αν και σε αυτή την περίπτωση, είναι σημαντικό να μιλήσουμε με τον προπονητή Céline. Εάν δεν αισθάνεστε άνετα να απευθυνθείτε απευθείας στη Céline, μπορείτε να πάτε στον υπεύθυνο προστασίας του συλλόγου.

Σε αυτή την κατάσταση είναι σημαντικό να προσεγγιστεί ο προπονητής Céline και να καταστεί σαφές ότι δεν είναι εντάξει για τους παίκτες να συμμετέχουν ενάντια στις συμβουλές του γιατρού.

Μπορείτε επίσης να μιλήσετε με την Elisabeth για αυτό που ακούσατε. Συζητήστε μαζί της ότι δεν είναι σωστό για τον προπονητή της να της ζητήσει να παίξει ένα παιχνίδι όταν δεν είναι σωματικά έτοιμη ή ενάντια στις εντολές του γιατρού. Από την άποψη των κινήτρων, είναι σημαντικό να τονίσουμε ότι η αποφασιστικότητά της και οι προσπάθειές της να επιστρέψει είναι αξιοθαύμαστες και μέρος αυτού που την κάνει τόσο σημαντική για την ομάδα, αλλά ότι είναι σημαντικό να αφιερώσουμε χρόνο για να ανακάμψουμε και να επιστρέψουμε σε φόρμα. Τονίστε ότι είναι απαραίτητο να ακολουθήσετε τις συμβουλές του γιατρού.

Επειδή η Elisabeth είναι τόσο αποφασισμένη να είναι μέρος αυτού του σημαντικού αγώνα, μπορείτε να συνεργαστείτε μαζί της για να δείτε πώς μπορεί να συνεισφέρει, αν και δεν μπορεί να παίξει τον εαυτό της.

Τέλος, μπορείτε επίσης να επικοινωνήσετε με τους γονείς της Elisabeth, καθώς πρόκειται για ένα αρκετά σοβαρό περιστατικό και η Elisabeth είναι ανήλικη. Μπορεί να είναι σημαντικό να ενημερώσετε τους γονείς για τη θέση του συλλόγου, ώστε να μπορούν να βεβαιωθούν ότι ακολουθείται πάντα η συμβουλή του γιατρού. Με αυτόν τον τρόπο, οι γονείς εμπλέκονται και μπορούν να παρακολουθούν την κόρη τους για να βεβαιωθούν ότι τα όριά τους δεν ξεπερνιούνται. Εάν η ίδια η Elisabeth δεν έχει το θάρρος να πάει ενάντια στον προπονητή, είναι σημαντικό οι γονείς να γνωρίζουν σε ποιον μπορούν να απευθυνθούν για να αναφέρουν τέτοιου είδους καταστάσεις.



ΚΑΡΤΑ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ 3

Μετά την προπόνηση μιας μικτής ομάδας 12χρονων αθλητών, παρατηρείτε τον Emiel και τον Jonas να περπατούν προς τα αποδυτήρια και τα ντους των κοριτσιών. Δεν δώσατε μεγάλη προσοχή σε αυτό εκείνη τη στιγμή, αλλά την επόμενη μέρα ένα από τα κορίτσια έρχεται σε εσάς και σας λέει ότι ο Emiel και ο Jonas τραβούσαν κρυφά φωτογραφίες στα ντους των κοριτσιών με τα smartphone τους. Τα κορίτσια έχουν ακούσει ότι οι φωτογραφίες στάλθηκαν σε ολόκληρη την ομάδα αγοριών σε μια ομάδα WhatsApp. Τα κορίτσια είναι πραγματικά αναστατωμένα και φοβούνται ότι οι εικόνες θα περάσουν σε άλλους.

Ερωτήσεις συζήτησης:

- Τι πιστεύετε για αυτή την κατάσταση;
- Ως προπονητής, τι θα έκανες σε αυτή την κατάσταση;
- Ποιος θα ήταν ο λόγος να παρέμβουμε ή να μην παρέμβουμε;
- Τι αντίκτυπο μπορεί να έχει αυτή η κατάσταση στην απόδοση των συμμετεχόντων στο άθλημα ή / και της ομάδας εάν δεν κάνετε τίποτα;

ΓΕΝΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ – ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ 3

Επειδή αυτή η κατάσταση είναι πολύ σοβαρή, είναι καλύτερο για τον προπονητή να καλέσει αμέσως τον υπεύθυνο προστασίας του συλλόγου για να επιβλέπει και να χειρίζεται τη συγκεκριμένη κατάσταση. Σε μια τέτοια περίπτωση, ο υπεύθυνος προστασίας του συλλόγου πιθανότατα θα βοηθηθεί από τον υπεύθυνο προστασίας της ομοσπονδίας.

Μπορεί επίσης να είναι καλή ιδέα να επικοινωνήσετε με μια εξειδικευμένη υπηρεσία προστασίας παιδιών ή την αστυνομία, καθώς αυτό περιλαμβάνει τη διάδοση εικόνων μέσω των κοινωνικών μέσων. Συχνά, μπορούν να βοηθήσουν στην κατάργηση αυτών των εικόνων από το Internet. Επιπλέον, μπορείτε επίσης να ζητήσετε συμβουλές από μια γραμμή βοήθειας για πληροφορίες σχετικά με τη βία και την κακοποίηση παιδιών.

Σε αυτή την περίπτωση, θα χρειαστεί μια σοβαρή συζήτηση με τα αγόρια, τα κορίτσια και τους γονείς. Αυτή η συζήτηση θα πρέπει να εποπτεύεται από τον υπεύθυνο προστασίας του συλλόγου.

Ο σύλλογος θα πρέπει επίσης να επικοινωνήσει με όλα τα εμπλεκόμενα μέρη σχετικά με τα βήματα που θα κάνει η διοίκηση του συλλόγου. Πιθανότατα θα οριστεί ένας συγκεκριμένος υπεύθυνος επικοινωνίας για τους γονείς, τους συμμετέχοντες στον αθλητισμό και τους προπονητές. Ως προπονητής, είναι καλύτερο να αφήσετε αυτή την επικοινωνία και αλληλεπίδραση στη διοίκηση του συλλόγου.