

Integriteta v športu

Vrste zlorab v športu

Fizična zloraba

Vsako namerno dejanje nasilja oz. agresije, ki povzroči (dejansko ali potencialno) telesno poškodbo ali travmo drugi osebi, ki se ne zgodi neposredno v kontekstu športnih pravil.

Primeri:

- udarjanje, pretepanje, brcanje, udarjanje s pestjo, klofutanje, potiskanje, grizenje, tresenje, davljenje, vlečenje za lase, zastrupitev, povzročitev opeklin, utapljanje ali drugačen napad in/ali druga dejanja, ki povzročijo telesno poškodbo, bolečino ali okvaro,
- prisilno ali predpisano neprimerno telesno dejavnost (npr. starosti ali telesni sposobnosti neustrezne obremenitve pri treningu, neustrezno obremenitev ob predhodnih poškodbah ali bolečinah), prisilno uživanje alkohola ali sistematične dopinške prakse.
- spodbujanje k uporabi substanc za izboljšanje zmogljivosti, uravnavanje telesne teže/velikosti ali odložitev pubertete
- vadba športnikov z obremenitvami, neprimernimi za njihovo starost ali telesno zrelost
- Vadba ali tekmovanja športnikov kljub poškodbi ali bolečini
- izvajanje gibov, za katere nimajo dovolj znanja, kar povzroči ali predstavlja tveganje za poškodbe
- vadba v ekstremnih vremenskih razmerah
- uporaba telesnega kaznovanja ali pretiranih kardio vaj kot disciplinskega ukrepa
- kaznovanje za »slabo« igro ali kršitve pravil z odrekanjem hrane, tekočine ali z namernim povzročanjem bolečine

Kako prepoznati fizično zlorabo?

Mlad športnik, ki kaže naslednje znake, je morda žrtev telesne zlorabe:

- ima nepojasnjene poškodbe (npr. opekline, ugrize, modrice, praske, zlomljene kosti ali podplute okoli oči)
- ima poškodbe ali sumljive sledi na delih telesa, ki se običajno ne poškodujejo pri običajni igri
- se umika ali postane vidno zaskrbljen ob približevanju odraslih
- kaže odpor do preoblačenja pred drugimi ali nosi dolge rokave/hlače tudi v vročem vremenu
- se boji iti domov, na trening ali druge športne objekte
- poroča, da ga je poškodoval odrasli ali vrstnik
- krožijo govornice, da naj bi otroka poškodovali starši, trener ali vrstniki

Psihološka zloraba

Brezkontaktno vedenje ali dejanje namernega povzročanja psihološke ali čustvene škode posamezniku, lahko spodkopava posameznikov občutek identitete, dostojanstva in lastne vrednosti. Pri mladih športnikih lahko poleg tega negativno vpliva na njihovo razvojno blagostanje oz. razvoj.

Del psihološke zlorabe je tudi ustrahovanje, oz. nadlegovanje (angl. bullying), ki je neželjeno, ponavljajoče se in namerno, agresivno vedenje, običajno med vrstniki, in lahko vključuje dejansko ali zaznano neravnovesje moči.

Psihološka zloraba ali ustrahovanje sta lahko besedna ali nebesedna ter se lahko izvajata tudi preko družbenih omrežij ali na spletu.

Primeri:

- verbalni napadi (agresija), žalitve, poniževanje, ustrahovanje, zasmehovanje, grožnje, manipulacija, nenehno kritiziranje, ostra kritika, ignoriranje, grožnje, kričanje.
- lažne izjave ali laži, obrekovanja, usmerjena proti drugemu, lahko tudi anonimno.
- Neverbalna zloraba je lahko posredna (mimika, nesramne kretnje, zaničevalne kretnje) ali neposredna, npr. manipuliranje/uničevanje prijateljstev, sistematično izključevanje, ignoriranje, izolacija, omogočanje molka kot sredstvo pritiska.

- Ustrahovanje (bullying) lahko vključuje dejanja, kot so grožnje, širjenje govoric ali neresnic, fizično ali verbalno napadanje nekoga in namerno izključevanje nekoga. Ustrahovanje je lahko tudi skupinsko, kot npr. ponižujoče in tvegano uvajanje novih članov ekipe s strani obstoječih članov ekipe.

- dejanja, kot so metanje predmetov s strani trenerjev v prisotnosti športnikov, udarjanje po stenah ali uničevanje športne opreme zaradi jeze ali frustracije nad športnikom

- uporaba strahu kot glavne motivacijske strategije pri športnikih
- postavljanje nerealno visokih pričakovanj glede uspešnosti, ali pa dajejo športniku občutek, da je njegova osebna vrednost odvisna od športnega uspeha
- zanemarjanje in odrekanje trenerske pozornosti kot oblika kaznovanja
- nadzor nad vsakim vidikom športnikovega življenja, kot so prehrana, spanje ali odnosi, ki presega razumno mejo glede na njihovo razvojno stopnjo

Kako prepoznati psihološko zlorabo?

Mlad športnik, ki kaže naslednje znake, je lahko žrtev psihološke zlorabe:

- kaže skrajnosti v vedenju (npr. izredno pasiven ali agresiven)
- kaže znake depresije ali ima samomorilne misli
- daje negativne izjave o sebi in svojem vedenju (npr. »Nikoli nič ne naredim prav«)
- poroča, da ne more razviti čustvenih vezi z drugimi
- je umaknjen, tesnoben in osamljen
- ima nenavadne strahove in tesnobe
- verjame, da si zasluži kazen

Spolna zloraba

Kakršnokoli vedenje spolne narave, ne glede na to, ali gre za dejanje s stikom ali brez stika, pri katerem ni privolitve ali je privolitev izsiljena/manipulirana ali je ni mogoče dati. Spolna zloraba s stikom obsega vsako dejanje spolnega stika, ki vključuje kakršno koli namerno dotikanje, ljubkovanje ali penetracijo intimnih delov telesa žrtve s strani storilca z namenom vzbuditi ali zadovoljiti storilčevo spolno željo ali kot sredstvo poniževanja, poniževanje ali kaznovanje žrtve. Vključuje dejanja, kot so spolni napad, posilstvo, nadlegovanje, neželena spolna prizadevanja ali kakršna koli oblika spolnega stika brez izrecnega in prostovoljnega soglasja vpletene osebe.

Ob tem lahko delimo dve vrsti spolnih zlorab:

- **Spolno nadlegovanje** je katerakoli oblika nezaželenega verbalnega, neverbalnega ali fizičnega vedenja spolne narave, ki krši športnikovo dostojanstvo, zlasti kadar ustvarja zastrašujoče, sovražno, ponižujoče, sramotilno ali žaljivo okolje.
- **Spolna zloraba** je vsako vedenje spolne narave, ne glede na to, ali gre za nespoznaven, spoznaven ali penetrativen stik, kadar je privolitev izsiljena/manipulirana ali pa ni dana oziroma je ne more biti.

Se zgodi, kadar odrasla oseba ali oseba na položaju moči (npr. starejši ali mlajši, ali telesno bolj razvit športnik) vključi otroka v katerokoli obliko spolne aktivnosti.

Primeri:

Spolno nadlegovanje vključuje, vendar ni omejeno na, spolno usmerjene komentarje, šale ali geste; neželene ali neprimerne spolne predloge; intimna vprašanja o telesu ali zasebnem življenju; in prisiljevanje športnikov k nošenju pretirano razkrivajočih oblačil.

Kako prepoznati spolno zlorabo?

Mlad športnik, ki kaže naslednje znake, je lahko žrtev spolne zlorabe:

- spolno obnašanje, ki je bistveno bolj napredno, kot bi pričakovali za otrokovo starost
- spolno prenosljiva bolezen, zlasti pri otrocih mlajših od 14 let
- znaki strahu pred določeno odraslo osebo
- poročanje o nočnih morah ali močenju postelje
- težave v duševnem zdravju – anksioznost in/ali depresija
- samopoškodovanje
- samomorilne misli
- poročanje o spolni zlorabi s strani starša ali drugega odraslega skrbnika

Katera vedenja odrasle osebe so lahko sumljiva?

Razmislite o možnosti spolne zlorabe, kadar starš ali odrasla oseba iz športnega okolja:

- si izmišljuje izgovore, da bi bil sam z otrokom
- prosi mladega športnika, naj pride prej ali ostane dlje, ko drugih ni prisotnih
- otroku zastavlja vprašanja spolne narave
- kaže pretirano zanimanje za otrokovo telesno razvitost ali videz

- posega v otrokovo zasebnost (npr. vstopi v kopalnico ali garderobo)
- otroku daje darila brez jasnega razloga
- pretirano nadzoruje otrokovo gibanje, priložnosti za pogovor z drugimi ali za druženje s prijatelji
- spodbuja otroka, naj skriva skrivnosti pred drugimi odraslimi
- otroka povabi ali odpelje k sebi domov za športne ali nešportne namene

Zanemarjanje

Neuspeh ali opustitev zagotavljanja ustrezne oskrbe, podpore ali pozornosti športniku, kar povzroči škodo ali potencialno škodo njegovemu dobremu počutju oziroma ohranjanju njegovega fizičnega in duševnega zdravja. Pri mladih športnikih pa lahko ogrozi tudi njihov razvoj.

Primeri:

- Neazdovolitev osnovnih potreb, kot so hrana, pijača, oblačila, počitek, spanje, okrevanje, zdravstvena oskrba in zdravljenje, starosti in zmožnostim primerno okolje, varno fizično in psihološko okolje ter pomanjkljiva čustvena podpora.
- izpostavljanje športnikov ekstremnim vremenskim razmeram brez zagotovitve ustreznih oblačil ali hidracije
- izpostavljanje športnikov večjim varnostnim tveganjem, na primer puščanje mladih športnikov brez nadzora med treningi ali tekmovanji, uporaba nevarnih ali slabo vzdrževanih vadbenih objektov, neupoštevanje varnostnih smernic ali nezagotavljanje varnega prevoza
- ignoriranje ali nezagotavljanje ustrezne podpore športnikom, ki doživljajo močno čustveno stisko ali kažejo znake težav v duševnem zdravju
- ignoriranje neustreznega vedenja športnikov, medvrstniškega ustrahovanja ali nadlegovanja med člani ekipe

Razmislite o možnosti zanemarjanja, kadar starš ali odrasla oseba iz športnega sistema:

- kaže ravnodušen odnos do otroka
- ne odgovarja na otrokove čustvene potrebe (npr. znaki hude tesnobe ali stiske)
- pogosto pušča otroka samega ali brez nadzora

- ne zagotavlja potrebne zdravstvene oskrbe za otroka
- kaže malo zanimanja za otrokovo dobrobit
- deluje apatično ali depresivno
- zlorablja alkohol ali droge

Kako prepoznati zanemarjanje?

Mlad športnik, ki kaže naslednje znake, je lahko žrtev zanemarjanja:

- pove, da doma ni nikogar, ki bi skrbel zanj
- pogosto deluje lačen
- kaže znake slabe osebne higiene, kot so umačana oblačila ali nečisto telo
- ima nezdravljena zdravstvena stanja ali poškodbe
- deluje žalostno, osamljeno in nesrečno
- ima težave pri navezovanju in ohranjanju prijateljstev
- se zadržuje na športnem objektu ali drugje, da bi se izognil vrnitvi domov

Materialna oziroma finančna zloraba

Zloraba pravic posameznika v zvezi z njegovimi finančnimi zadevami, sredstvi ali premoženjem, vključno z nepravilno ali nepooblaščen uporabo posameznikovih finančnih virov, sredstev ali sredstev za osebno korist ali nadzor. Lahko se kaže kot kraja, goljufija, izkoriščanje, prisila, manipulacija ali ravnanje pod pritiskom, da bi storilci pridobili nadzor nad finančnimi sredstvi ali drugo lastnino osebe, omejili njen dostop do virov, zlorabili denar ali drugo lastnino ali jo drugače finančno izkoriščali ali spravili v finančno odvisnost od druge osebe.

Dodatne informacije in pomembne dokumente lahko najdete na povezavi:

<https://olympic.si/o-nas/integriteta>