

Varno športno okolje

Integriteta in varno športno okolje

Plavalna zveza Slovenije si prizadeva za športno okolje, ki temelji na poštenosti, spoštovanju, odgovornosti in transparentnosti. Vsi udeleženci plavanja morajo imeti možnost trenirati, tekmovati in delovati v okolju, ki je varno, vključujoče in brez nasilja, zlorab, nadlegovanja, zanemarjanja, diskriminacije ter drugih neprimernih ravnanj. Posebna skrb je namenjena zaščiti otrok in mladostnikov ter krepitvi odnosov, ki temeljijo na zaupanju, spoštovanju meja in skrbi za dobrobit posameznika.

Kaj je integriteta v športu?

Integriteta v športu pomeni, da ravnamo pošteno, odgovorno in spoštljivo, tudi takrat, ko je težko, ko smo pod pritiskom ali ko nas nihče ne opazuje. Pomeni, da nam ni pomemben le rezultat, ampak tudi način, kako do njega pridemo. V plavanju se integriteta kaže v odnosu do športnikov, sodelavcev, staršev, sodnikov in samega športa. Kaže se v spoštovanju pravil, v varovanju dostojanstva vsakega posameznika, v iskreni komunikaciji in v pripravljenosti, da vedno znova izberemo tisto, kar je prav, ne le tistega, kar je lažje.

Za trenerja integriteta ni nekaj dodatnega, ampak je del vsakodnevnega dela. Kaže se načinu, kako vodi skupino, kako postavlja meje, kako govori s športniki, kako rešuje konflikte, kako se odzove na stisko in kako s svojim zgledom ustvarja kulturo ekipe. Trener z integriteto ne gradi le rezultatov, ampak tudi zaupanje, varnost in dobre temelje za razvoj mladih ljudi.

Kako bomo integriteto negovali?

Integriteto bomo negovali tako, da bomo v plavalnem okolju zavestno gradili kulturo spoštovanja, varnosti, odgovornosti in odprte komunikacije. To pomeni, da bomo jasno postavljali pričakovanja glede primerne vedenja, dosledno spoštovali pravila in meje, pozorni bomo na morebitne stiske pri drugih ter pravočasno ukrepali ob neprimernih ravnanjih.

Spodbujali bomo odnose, v katerih se vsi, športniki, trenerji in strokovnjaki, počutijo slišane, sprejete in varne. Trenerje, strokovne delavce in druge vključene bomo krepili v zavedanju, da imajo s svojim vedenjem velik vpliv na počutje, razvoj in samozaupanje športnikov. Zato bomo spodbujali strokovno ravnanje, spoštljivo komunikacijo, odgovorno uporabo moči ter pripravljenost za učenje, samorefleksijo in sodelovanje.

Integriteto bomo širili tudi med športnike, tako da jih bomo učili poštenosti, spoštovanja, odgovornosti do sebe in drugih ter poguma, da spregovorijo, ko nekaj ni prav. Želimo ustvarjati okolje, v katerem dober zgled ni izjema, ampak standard. Okolje, v katerem ljudje ne postanejo le boljši športniki, ampak tudi boljši sodelavci, sotekmovalci in ljudje.

Integriteta se začne pri vsakem od nas. Gradimo jo z vsakim odnosom, vsakim odzivom in vsako odločitvijo. Ko jo trenerji živijo v praksi, jo športniki prepoznajo, začutijo in prenašajo naprej.

Vrste zlorab v športu

Poštenost, transparentnost in spoštovanje pravil predstavljajo temelj zdravega športnega okolja. Cilj športnega sistema je zagotoviti, da lahko vsak športnik trenira in tekmuje v poštenem, varnem in spodbudnem okolju.

Za zaščito športnikov je pomembno prepoznati in preprečevati različne oblike zlorab, ki se lahko pojavijo v športnem okolju.

Vrste zlorab v športu

1. Fizična zloraba

Fizična zloraba pomeni vsako namerno dejanje nasilja ali agresije, ki povzroči ali lahko povzroči telesno poškodbo ali travmo drugi osebi. Takšna dejanja niso del športnih pravil ali normalnega športnega treninga.

Primeri fizične zlorabe

- udarjanje, pretepanje, brcanje, klofutanje ali potiskanje
- grizenje, tresenje, davljenje ali vlečenje za lase
- povzročanje opeklin, zastrupitev ali utapljanje
- udarjanje s predmeti ali druga dejanja, ki povzročijo telesno poškodbo ali bolečino
- prisilno izvajanje neprimerne telesne dejavnosti (npr. prevelike obremenitve glede na starost ali sposobnost športnika)
- treniranje ali tekmovanje kljub poškodbi ali bolečini
- uporaba telesnega kaznovanja ali pretiranih fizičnih vaj kot disciplinskega ukrepa
- kaznovanje s odrekanjem hrane, tekočine ali z namernim povzročanjem bolečine
- sistematične dopiņške prakse ali prisilno uživanje alkohola

Kako prepoznati fizično zlorabo

Mlad športnik je lahko žrtev fizične zlorabe, če:

- ima nepojasnjene poškodbe (opekline, ugrize, modrice, praske ali zlome)
- ima poškodbe na delih telesa, ki se običajno ne poškodujejo pri športu
- postane zaskrbljen ali se umika ob približevanju odraslih
- se izogiba preoblačenju pred drugimi ali nosi dolga oblačila tudi v vročem vremenu
- se boji iti domov, na trening ali na športne objekte
- poroča, da ga je poškodoval odrasli ali vrstnik
- krožijo govornice, da so ga poškodovali starši, trener ali vrstniki

2. Psihološka zloraba

Psihološka zloraba je brezkontaktno vedenje ali dejanje, katerega namen je povzročiti psihološko ali čustveno škodo posamezniku. Takšna dejanja lahko spodkopavajo občutek identitete, dostojanstva in lastne vrednosti.

Pri mladih športnikih lahko psihološka zloraba negativno vpliva tudi na njihov razvoj in splošno dobrobit.

Ustrahovanje (bullying)

Ustrahovanje je ponavljajoče se, namerno agresivno vedenje, ki se pogosto pojavlja med vrstniki in vključuje neravnovesje moči. Lahko je verbalno, neverbalno ali spletno (prek družbenih omrežij).

Primeri psihološke zlorabe

- verbalni napadi, žalitve, poniževanje ali zasmehovanje
- grožnje, manipulacija ali nenehno kritiziranje
- kričanje ali ponižujoče komentiranje
- širjenje laži ali obrekovanje
- ignoriranje ali izključevanje iz skupine
- manipuliranje ali uničevanje prijateljstev
- sistematična izolacija posameznika

- ponižujoče uvajanje novih članov ekipe
- metanje predmetov ali uničevanje opreme zaradi jeze trenerja
- uporaba strahu kot motivacijske metode
- postavljanje nerealnih pričakovanj glede športne uspešnosti
- pogojevanje osebne vrednosti športnika z rezultati
- zanemarjanje ali ignoriranje športnika kot kazni
- pretiran nadzor nad življenjem športnika (prehrana, odnosi, spanje)

Kako prepoznati psihološko zlorabo

Mlad športnik lahko kaže naslednje znake:

- skrajnosti v vedenju (pretirana pasivnost ali agresivnost)
- znake depresije ali samomorilne misli
- negativne izjave o sebi (npr. »Nikoli nič ne naredim prav.«)
- težave pri navezovanju odnosov
- umaknjenost, tesnoba ali osamljenost
- nenavadne strahove in tesnobe
- občutek, da si zasluži kazni

3. Spolna zloraba

Spolna zloraba je kakršnokoli vedenje spolne narave brez svobodnega in informiranega soglasja. Lahko vključuje dejanja s fizičnim stikom ali brez njega.

Spolna zloraba vključuje:

- spolni napad
- posilstvo
- spolno nadlegovanje
- neželene spolne predloge
- kakršenkoli spolni stik brez jasnega soglasja

Oblike spolne zlorabe

Spolno nadlegovanje

Nezaželeno verbalno, neverbalno ali fizično vedenje spolne narave, ki krši dostojanstvo športnika in ustvarja zastrašujoče ali ponižujoče okolje.

Spolna zloraba

Vsako spolno vedenje brez soglasja ali v situaciji, kjer soglasja ni mogoče dati (npr. pri mladoletnih osebah ali pri zlorabi položaja moči).

Primeri spolnega nadlegovanja

- spolno usmerjeni komentarji, šale ali geste
- neprimerne spolne ponudbe
- intimna vprašanja o telesu ali zasebnem življenju
- prisiljevanje športnikov v nošenje pretirano razkrivajočih oblačil

Kako prepoznati spolno zlorabo

Možni znaki pri mladih športnikih:

- spolno vedenje, ki presega običajno razvojno stopnjo starosti
- spolno prenosljive bolezni pri mladoletnih
- strah pred določeno odraslo osebo
- nočne more ali močenje postelje

- težave v duševnem zdravju (anksioznost, depresija)
- samopoškodovanje ali samomorilne misli
- poročanje o spolni zlorabi s strani odrasle osebe

Sumljivo vedenje odraslih

Pozorni moramo biti, kadar odrasla oseba:

- išče priložnosti, da je sama z otrokom
- prosi športnika, naj pride prej ali ostane dlje brez drugih prisotnih
- postavlja vprašanja spolne narave
- kaže pretirano zanimanje za telesni razvoj športnika
- posega v otrokovo zasebnost (npr. garderobe)
- daje darila brez razloga
- spodbuja skrivnosti pred drugimi odraslimi
- pretirano nadzoruje otrokovo druženje ali gibanje

4. Zanemarjanje

Zanemarjanje pomeni neuspeh ali opustitev zagotavljanja ustrezne oskrbe, podpore ali pozornosti športniku, kar lahko škoduje njegovemu fizičnemu ali duševnemu zdravju.

Pri mladih športnikih lahko zanemarjanje ogrozi tudi njihov razvoj.

Primeri zanemarjanja

- nezagotavljanje osnovnih potreb (hrana, voda, počitek, zdravstvena oskrba)
- neustrezni pogoji za trening ali bivanje
- izpostavljanje ekstremnim vremenskim razmeram brez zaščite
- puščanje mladih športnikov brez nadzora
- uporaba nevarnih ali slabo vzdrževanih športnih objektov
- ignoriranje znakov duševne stiske
- ignoriranje medvrstniškega nasilja ali nadlegovanja

Znaki zanemarjanja

Mlad športnik lahko:

- pove, da doma ni nikogar, ki bi skrbel zanj
- pogosto deluje lačen
- kaže slabo osebno higieno
- ima nezdravljene poškodbe ali bolezni
- deluje žalostno, osamljeno ali nesrečno
- ima težave pri navezovanju prijateljstev
- se zadržuje na športnih objektih, da bi se izognil vrnitvi domov

5. Materialna oziroma finančna zloraba

Zloraba pravic posameznika v zvezi z njegovimi finančnimi zadevami, sredstvi ali premoženjem, vključno z nepravilno ali nepooblaščenno 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.

Pojavi se lahko kot:

- kraja ali goljufija

- izkoriščanje ali manipulacija
- prisila ali pritisk za pridobitev nadzora nad sredstvi
- nepooblaščen uporaba denarja ali premoženja
- omejevanje dostopa do lastnih finančnih sredstev
- finančno izkoriščanje ali ustvarjanje odvisnosti od druge osebe

Na kaj biti pozoren?

- Nejasne ali neupravičene zahteve po plačilih.
- Pritiski glede denarja, opreme ali drugih sredstev.
- Omejevanje dostopa do lastnega denarja, dokumentov ali opreme.
- Občutek, da športnik o svojih finančnih zadevah ne more svobodno odločati.
- Nerazumljivo ravnanje z njegovimi sredstvi ali lastnino.

Primer zlorabe

Primer psihološke zlorabe in ustrahovanja:

Trener med treningom pred skupino večkrat kriči na športnika K., ga žali, ponižuje in mu govori, da je "nesposoben" in "v breme ekipi". Ko športnik naredi napako, v jezi razmeče kup desk, večkrat udari po steni in celo razbije en kos opreme. Športniki se trenerja bojijo, športnik K. pa postaja vse bolj zadržan, tesnoben in se začne izogibati treningom.

Takšno ravnanje ni sprejemljiva oblika discipline ali motivacije. Med neprimerna ravnanja v športu sodijo tudi vse oblike verbalnega in psihološkega nasilja, varuh športnikovih pravic pa posebej navaja tudi nehumano ravnanje trenerjev in drugih športnih delavcev. Vse zveze na področju integritete poudarjajo varno, vključujoče in podporno športno okolje ter poenoten odziv na prijave nepravilnosti.

Kako poteka postopek?

1. Zaznava ali prijava

Če športnik, starš, trener, sodelavec ali druga oseba opazi zlorabo ali sum nanjo, je pomembno, da to vzame resno. Prijavo lahko poda športnik sam, starš, priča ali druga odgovorna oseba. Na ravni slovenskega športa sta za vprašanja nepravilnosti in suma ogrožanja na voljo tudi **Žvižgavka** kot zaupna linija ter **Varuh športnikovih pravic**, ki daje neodvisno svetovanje o pravicah in možnostih zaščite.

Plavalna zveza Slovenije ima vzpostavljen svoj **obrazec za prijavo**, anonimno in neanonimno. V primeru neanonimne prijave bo zagotovljena zaščita prijavitelja.

Za vprašanja, podporo ali dodatne informacije glede integritete in varnosti v športu je na voljo kontaktna oseba - Maja Virant, e-pošta; maja@plavalna-zveza.si

Za obravnavo prijave je na PZS odgovorna Disciplinska komisija PZS, e-pošta: integriteta@plavalna-zveza.si.

2. Takojšnja zaščita športnika

Najprej je treba poskrbeti za varnost športnika. To pomeni, da se po potrebi takoj omeji stik z osebo, na katero se prijava nanaša, zagotovi spremstvo zaupanja vredne odrasle osebe ter športniku ponudi podporo in varen prostor za pogovor. Če je ogroženo zdravje ali varnost, je potrebno takojšnje ukrepanje. Policija za nujne primere uporablja številko **113**. Za ukrepanje v primeru zlorabe so usposobljeni tudi športni psihologi.

3. Zbiranje osnovnih informacij

Zaščitnik varnega športnega okolja v klubu ali zvezi zabeleži osnovne informacije: kaj se je zgodilo, kdo je bil prisoten, kdaj in kje se je dogodek zgodil ter ali obstajajo morebitne priče ali druga dokazila. Pomembno je, da se osebo posluša mirno, spoštljivo in brez pritiska. Ne izvaja se “zasliševanja”, temveč se zbere toliko informacij, da je možno ustrezno ukrepati.

4. Presoja, kam primer sodi

Če gre za kršitev pravil vedenja, psihološko nasilje, neprimerno ravnanje ali drugo ravnanje, ki posega v integriteto v športu, lahko primer obravnava pristojni organ športne zveze / disciplinska komisija? Poslovnik komisije za integriteto OKS predvideva, da komisija odloči, ali bo zadevo sprejela v obravnavo, nato pa delovna skupina opravi potrebne aktivnosti, pripravi poročilo, omogoči pripombe vpletenim in zadevo zaključi z mnenjem oziroma odločitvijo.

5. Obvezna prijava pristojnim institucijam

Če obstaja sum kaznivega dejanja, spolne zlorabe, hujšega fizičnega nasilja ali ogroženosti otroka, primer ne sme ostati samo znotraj športne organizacije. Takrat je treba obvestiti policijo in po potrebi tudi druge pristojne institucije. Policija izrecno navaja, da lahko prijavo nasilja poda vsakdo, ne le žrtev.

6. Podpora športniku med postopkom

Med postopkom je treba športniku zagotoviti podporo, jasne informacije in zaščito pred povračilnimi ravnanji. To pomeni, da prijava ne sme voditi v dodatno poniževanje, izključevanje, pritisk ali kaznovanje športnika, ker je spregovoril. Podporo v pravnih zadevah nudi varuh športnikovih pravic, v primeru psihološke stiske pa športni psihologi (člani sekcije za športno psihologijo). Športnikom pripada tudi brezplačna prva psihološka pomoč.

7. Odločitev in nadaljnji ukrepi

Po obravnavi se sprejme odločitev o nadaljnjih ukrepih. Ti lahko vključujejo opozorilo, omejitev stikov, začasno odstranitev iz dela, notranje disciplinske ukrepe, obvezno dodatno usposabljanje ali napotitev zadeve pristojnim zunanjim organom. Komisija za integriteto OKS svoje odločitve oblikuje kot mnenja, smernice in priporočila, postopek pa je za udeležence brezplačen.

Zaključek:

Vsak sum zlorabe ali neprimerne ravnanja je treba obravnavati resno, spoštljivo in pravočasno. Cilj postopka ni le ugotoviti, kaj se je zgodilo, ampak predvsem zaščititi športnika, preprečiti nadaljnjo škodo in prispevati k varnemu športnemu okolju.