

MATERIJAL ZA OBUKU



Sva prava pridržana. Zabranjeno je, u cijelosti ili djelomično, bilo kakav oblik reprodukcije, distribucije, javne komunikacije i manipuliranja ovim radom bez prethodnog odobrenja izdavača, u skladu s odredbama Kaznenog zakona o pravima intelektualnog vlasništva

Podrška Evropske komisije za proizvodnju ove publikacije ne predstavlja podršku sadržaja koji odražava stavove samo autora, i Komisija ne može biti odgovorna za bilo kakvu upotrebu koja se može koristiti od informacija sadržanih u njima.

“SAVE” Prijava za projekat br. 590711-EPP-1-2017-1-LT-SPO-SCP Ugovor o grantu br. 2017–2484 001–001



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

SADRŽAJ

I. PREPOZNAVANJE NASILJA I ISKLJUČENOSTI I NJEGOVE PSIHO SOCIJALNE ODLIKE U SPORTU

JEDINICA 1. OPASNE SITUACIJE I SMANJENJE PREDRASUDA	9
JEDINICA 1.1. DEFINICIJA OPASNIH SITUACIJA I OPASNOG OKRUŽENJA KOJE REZULTIRA DRUŠTVENO NEPRIMJERENIM PONAŠANJEM	
JEDINICA 1.2. DEFINICIJA PREDRASUDA KAO NAJČEŠĆI PREDUSLOV ZA RAZVOJ NASILNOG I ISKLJUČIVOG PONAŠANJA	
JEDINICA 2. KONCEPT POŠTOVANJA I PREDRASUDA NAKON NASILNE / EKSKLUZIVNE EPIZODE	11
JEDINICA 2.1. RAZUMIJEVANJE, PREPOZNAVANJE I REAGOVANJE NA NASILNU / EKSKLUZIVNU EPIZODU U ODREĐENOM OKRUŽENJU	
JEDINICA 2.2. RAZVOJ POZITIVNOG PONAŠANJA MEĐU VRŠNJACIMA (U ŠKOLSKOM I SPORTSKOM OKRUŽENJU)	
JEDINICA 3. GRUPNI EMOCIONALNI ODGOVORI, GRUPNA KOMUNIKACIJA NAKON NASILJA	13
JEDINICA 3.1. DEFINICIJA EMOCIJA I VAŽNOST GRUPNE KOMUNIKACIJE NAKON NASILNE / EKSKLUZIVNE EPIZODE	
JEDINICA 3.2. IGRA DOBROG PONAŠANJA I POZITIVNO VRŠNJAČKO IZVJEŠTAVANJE KAO METODE ZASNOVANE NA IGRAMA I IGRAMA ZA PROMOCIJU DJEČJEG SOCIJALNOG I EMOCIONALNOG RAZVOJA	
JEDINICA 4. STRATEGIJE PREMA SITUACIJSKIM FAKTORIMA	16
JEDINICA 4.1. SITUACIJSKI RIZIK I ZAŠTITNI FAKTORI ZA NASILJE I SOCIJALNU ISKLJUČENOST	
JEDINICA 4.2. PROGRAMI DIZAJNIRANI ZA BORBU PROTIV NASILJA I ISKLJUČENOSTI	
JEDINICA 4.3. PRIMJERI POTENCIJALNIH STRATEGIJA TRENIRANJA ZA UPRAVLJANJE PONAŠANJEM SPORTAŠA	
JEDINICA 5. KOMUNIKACIJA SA ŽRTVOM I POČINIOCEM I UPRAVLJANJE NEGATIVNIM EMOCIJAMA	20
JEDINICA 5.1. STRATEGIJE ZA RJEŠAVANJE SLUČAJEVA ZLOSTAVLJANJA	
JEDINICA 5.2. DJEČJI EMOCIONALNI RAZVOJ I UPRAVLJANJE EMOCIJAMA	
PITANJA SAMOKONTROLE	22
ODJELJAK O ZNANJU / STUDIJSKI ZADACI	22
REFERENCE.....	23

II. RAZVOJ LIČNIH I DRUŠTVENIH (GRUPNIH) ODNOSA U SPORTU

JEDINICA 1. KONCEPCIJA SPORTSKE GRUPE I PSIHO SOCIJALNI ASPEKTI. OSOBENOSTI GRUPNE REGULACIJE EMOCIJA	26
JEDINICA 1.1. KONCEPCIJA SPORTSKE GRUPE I PSIHO SOCIJALNI ASPEKTI	
JEDINICA 1.2. OSOBENOSTI REGULACIJE GRUPNIH EMOCIJA	
JEDINICA 2. INDIVIDUALNE (LIČNE) I GRUPNE RAZLIKE I INTERAKCIJE. EDUKACIJA VRIJEDNOSTI ČLANOVA GRUPE (KOMUNIKACIONE VJEŠTINE, EMPATIJA, OTVORENOST, PODRŠKA, SARADNJA ITD.).....	31
JEDINICA 2.1. INDIVIDUALNE - (LIČNOST) I SPORTSKO-GRUPNE RAZLIKE I INTERAKCIJE	
JEDINICA 2.2. VRIJEDNOSTI ČLANOVA SPORTSKE GRUPE (KOMUNIKACIJSKE VJEŠTINE, EMPATIJA, PODRŠKA, KOLABORACIJA) OBRAZOVANJE (KROZ RAZVOJ EMOCIONALNE INTELIGENCIJE)	

JEDINICA 3. EDUKACIJA ZA PODSTICANJE GRUPNE KOHEZIJE STVARAJUĆI POZITIVAN ODNOS MEĐU ČLANOVIMA GRUPE	35
JEDINICA 3.1. OBRAZOVANJE ZA PODSTICANJE GRUPNE KOHEZIJE	
JEDINICA 3.2. FORMIRANJE POZITIVNOG ODNOSA MEĐU ČLANOVIMA GRUPE	
PITANJA SAMOKONTROLE	39
ODJELJAK O ZNANJU / STUDIJSKI ZADACI	39
REFERENCE.....	39

III. RAZVIJANJE ODNOSA IZMEĐU PORODICE I TRENERA ZASNOVANOG NA POVJERENJU I RECIPROCITETU

JEDINICA 1. SARADNJA RODITELJA I TRENERA KAO STUB U ŽIVOTU MLADIH SPORTAŠA	42
JEDINICA 1.1. STILOVI RODITELJSTVA I MOTIVACIJA RODITELJA	
JEDINICA 1.2. TRENIRANJE KAO EMOCIONALNI NAPOR	
JEDINICA 1.3. SASTANAK TRENERA I RODITELJA	
JEDINICA 2 KOMUNIKACIJA - AKTIVNO SLUŠANJE I POVRATNE INFORMACIJE	43
JEDINICA 2.1. AKTIVNO SLUŠANJE	
JEDINICA 2.2. UČINKOVITE POVRATNE INFORMACIJE	
JEDINICA 3 RJEŠAVANJE SUKOBNA	52
PITANJA SAMOKONTROLE	54
ODJELJAK O ZNANJU / STUDIJSKI ZADACI	54
REFERENCE.....	54

IV. OSNAŽIVANJE KROZ SPORT ZA DRUŠTVENE PROMJENE

JEDINICA 1. ULOGA SPORTA U JAČANJU KAPACITETA ZAJEDNICE	57
JEDINICA 1.1. KAPACITET I IZGRADNJA KAPACITETA	
JEDINICA 1.2. RAZVOJ ZAJEDNICE I ODRŽIVOST ZAJEDNICE	
JEDINICA 1.3. DRUŠTVENA PRIRODA SPORTA U ODNOSU NA IZGRADNJU KAPACITETA U ZAJEDNICI	
JEDINICA 1.4. USPJEŠNA PROGRAMSKA ŠEMA	
JEDINICA 2. OSNAŽIVANJE ZA DRUŠTVENU UKLJUČENOST KROZ SPORT	60
JEDINICA 2.1. SOCIJALNA ISKLJUČENOST	
JEDINICA 2.2. SPORT I SOCIJALNA UKLJUČENOST	
JEDINICA 2.3. KA DRUŠTVENO UKLJUČIVOM SPORTU	
JEDINICA 3. OSNAŽIVANJE RANJIVIH DRUŠTVENIH GRUPA PUTEM SPORTA	62
JEDINICA 3.1. DEFINICIJA SOCIJALNE UGROŽENOSTI	
JEDINICA 3.2. FUNKCIONALNE DIMENZIJE	
JEDINICA 3.3. ULOGA SPORTA	
JEDINICA 3.4. ULOGA FIZIČKOG VASPITANJA I ŠKOLSKOG SPORTA	
JEDINICA 4. TRANSFORMACIJA ZAJEDNICA KROZ SPORT	66
JEDINICA 4.1. OMLADINSKO-SPORTSKI PROGRAMI	
JEDINICA 4.2. RAZVOJNI MODEL UČEŠĆA U SPORTU	
JEDINICA 4.3. POZITIVAN RAZVOJ MLADIH KROZ SPORT	
JEDINICA 5. ODRŽIVI RAZVOJ ZAJEDNICE KROZ SPORT	70
JEDINICA 5.1. ODRŽIVI RAZVOJ ZAJEDNICE KROZ SPORT	
JEDINICA 5.2. OKVIR ZA POZITIVAN RAZVOJ MLADIH	

JEDINICA 5.3. KORIŠTENJE KVALITETNOG FIZIČKOG VASPITANJA ZA PROMOCIJU POZITIVNOG RAZVOJA MLADIH	
PITANJA SAMOKONTROLE	72
ODJELJAK O ZNANJU / STUDIJSKI ZADACI	73
REFERENCE.....	74

V. PREDRASUDE I RJEŠAVANJE PROBLEMA NASILJA I ISKLJUČENOSTI

JEDINICA 1. PREDRASUDE I TEORIJE KONTAKATA (ALLPORT, 1952).....	79
JEDINICA 2. PREVENTIVNE STRATEGIJE.....	81
JEDINICA 3. SUKOB.....	82
JEDINICA 4. POSLJEDICE NASILJA I ISKLJUČENOSTI	83
JEDINICA 5. PROMOCIJA POŠTOVANJA KROZ GRUPNU DINAMIKU	85
PITANJA SAMOKONTROLE	86
ODJELJAK O ZNANJU / STUDIJSKI ZADACI	87
REFERENCE.....	87

I. STUDIJA SLUČAJA	90
---------------------------------	-----------

II. STUDIJA SLUČAJA	91
----------------------------------	-----------

III. STUDIJA SLUČAJA	93
-----------------------------------	-----------

IV. STUDIJA SLUČAJA	94
----------------------------------	-----------

V. STUDIJA SLUČAJA	95
---------------------------------	-----------

VI. STUDIJA SLUČAJA	96
----------------------------------	-----------



Sport Against Violence and Exclusion

I. PREPOZNAVANJE NASILJA I ISKLUČENOSTI I NJEGOVE PSIHOSOCIJALNE ODLIKE U SPORTU

I. PREPOZNAVANJE NASILJA I ISKLJUČENOSTI I NJEGOVE PSIHOSOCIJALNE ODLIKE U SPORTU

AUTORI: Boris Milavic; Zoran Grgantov, Dr. nauka; Goran Kuvacic, Dr. nauka; Doris Matosic, Dr. nauka; Tea Gutovic, Kandidatkinja za Dr. nauka.

SADRŽAJ

JEDINICA 1. OPASNE SITUACIJE I SMANJENJE PREDRASUDA	
JEDINICA 1.1. DEFINICIJA OPASNIH SITUACIJA I OPASNOG OKRUŽENJA KOJE REZULTIRA DRUŠTVENO NEPRIMJERENIM PONAŠANJEM	
JEDINICA 1.2. DEFINICIJA PREDRASUDA KAO NAJČEŠĆI PREDUSLOV ZA RAZVOJ NASILNOG I ISKLJUČIVOG PONAŠANJA	
JEDINICA 2. KONCEPT POŠTOVANJA I PREDRASUDA NAKON NASILNE / EKSKLUZIVNE EPIZODE	
JEDINICA 2.1. RAZUMIJEVANJE, PREPOZNAVANJE I REAGOVANJE NA NASILNU / EKSKLUZIVNU EPIZODU U ODREĐENOM OKRUŽENJU	
JEDINICA 2.2. RAZVOJ POZITIVNOG PONAŠANJA MEĐU VRŠNJACIMA (U ŠKOLSKOM I SPORTSKOM OKRUŽENJU)	
JEDINICA 3. GRUPNI EMOCIONALNI ODGOVORI, GRUPNA KOMUNIKACIJA NAKON NASILJA	
JEDINICA 3.1. DEFINICIJA EMOCIJA I VAŽNOST GRUPNE KOMUNIKACIJE NAKON NASILNE / EKSKLUZIVNE EPIZODE	
JEDINICA 3.2. IGRA DOBROG PONAŠANJA I POZITIVNO VRŠNJAČKO IZVJEŠTAVANJE KAO METODE ZASNOVANE NA IGRAMA I SLIČNIM AKTIVNOSTIMA ZA PROMOCIJU DJEČJEG SOCIJALNOG I EMOCIONALNOG RAZVOJA	
JEDINICA 4. STRATEGIJE PREMA SITUACIJSKIM FAKTORIMA	
JEDINICA 4.1. SITUACIJSKI RIZIK I ZAŠTITNI FAKTORI ZA NASILJE I SOCIJALNU ISKLJUČENOST	
JEDINICA 4.2. PROGRAMI DIZAJNIRANI ZA BORBU PROTIV NASILJA I ISKLJUČENOSTI	
JEDINICA 4.3. PRIMJERI POTENCIJALNIH STRATEGIJA TRENIRANJA ZA UPRAVLJANJE PONAŠANJEM SPORTAŠA	
JEDINICA 5. KOMUNIKACIJA SA ŽRTVOM I POČINIOCEM I UPRAVLJANJE NEGATIVNIM EMOCIJAMA	
JEDINICA 5.1. STRATEGIJE ZA RJEŠAVANJE SLUČAJEVA ZLOSTAVLJANJA	
JEDINICA 5.2. DJEČJI EMOCIONALNI RAZVOJ I UPRAVLJANJE EMOCIJAMA	
PITANJA SAMOKONTROLE	
ODJELJAK O ZNANJU / STUDIJSKI ZADACI	
REFERENCE.....	

OPIS

Ovaj je modul dizajniran tako da uvede u nasilno i ekskluzivno ponašanje u sportskom okruženju. Modul će razmotriti učenje i razumijevanje nasilnog i isključivog ponašanja i njegove psihosocijalne karakteristike.

Glavna svrha ovog modula je da nauči trenere iz sportskih sportova da prepoznaju nasilno i ekskluzivno ponašanje među svojim sportašima i da koriste različite strategije (npr. Pобоljšanje emocionalnih reakcija, komunikacije) dizajnirane da promovišu pro socijalno ponašanje i smanje nasilno i ekskluzivno ponašanje u njihovom sportu.

JEDINICA 1. OPASNE SITUACIJE I SMANJENJE PREDRASUDA

JEDINICA 1.1. DEFINICIJA OPASNIH SITUACIJA I OPASNOG OKRUŽENJA KOJE REZULTIRA DRUŠTVENO NEPRIMJERENIM PONAŠANJEM

Kako prepoznati opasnu situaciju?

- Nasilje (ponašanje i socijalna isključenost) se može pojaviti u različitim socijalnim kontekstima i u različitim situacijama.
 - Do sada su istraživanja ove vrste ponašanja bila uglavnom opisna – fokusiranje na pojedince bez uzimanja društvenog konteksta u obzir (Rivara, Le Menestrel, 2016).
 - Pojedinci su ugrađeni u situacije koje su same ugrađene u širi društveni kontekst.
 - Ove vrste ponašanja ozbiljan su problem djece i adolescenata školske dobi.
 - Situacija se odnosi na "određenu konkretnu fizičku i socijalnu okolinu u koju je osoba ugrađena u bilo kojem trenutku" (Rivara, Le Menestrel, 2016, p. 69).
 - Kontekst je „okruženje za situacije (i pojedince u situacijama). Kontekst je opšti i kontinuirani višeslojni i isprepleteni skup materijalnih stvarnosti, društvenih struktura, obrazaca društvenih odnosa i zajedničkih sistema vjerovanja koji okružuju svaku datu situaciju“ (Rivara, Le Menestrel, 2016, p. 69)
 - Interakcija „osoba po situaciji u kontekstu“ primijenjena je na ličnost i na društvene karakteristike, ali se odnosi i na nasilje
 - Opasne situacije su one koje stvaraju specifičan kontekst, faktor ili interakciju koji mogu rezultirati nasilnim / isključivim ponašanjima (Rivara, Le Menestrel, 2016)
 - Trener / nastavnik u školi treba biti svjestan potencijalnih prijetnji i pokušati da ih smanji čak i prije nego što eskaliraju.
 - To se može postići pravilnom komunikacijom s djecom, pripremiti ih za potencijalne promjene koje mogu utjecati na njih i educirati ih o poštovanju, toleranciji i grupnoj koheziji.
 - Primjeri potencijalno opasnih situacija:
 - Novo dijete u grupi (razred ili sportski tim).
 - Najavljuje se važno sportsko takmičenje - efekt pritiska za uspjeh.
 - Ustajanje djeteta na specifičan način (religija, etnička pripadnost, finansijski standard).
 - Problemi kod kuće (djeca često mijenjaju svoje ponašanje kada prolaze kroz promjenu koju ne mogu da kontrolišu).

Šta su varijable moderacije?

- Moderator je definiran kao "kvalitativna (npr. spol, rasa, klasa) ili kvantitativna (npr. nivo nagrade) varijabla koja utječe na smjer i / ili snagu odnosa između neovisne ili predviđajuće varijable i ovisne ili varijable kriterija" (Rivara, Le Menestrel, 2016, p. 70).
 - Konkretno, to su spoljni faktori koji mogu povećati ili umanjiti potencijal za razvoj nasilnog / isključivog ponašanja.
 - Na primjer, seks kao moderator: „djevojke u adolescenciji razvijaju depresivne simptome nakon interpersonalnih stresora; dok to nije slučaj kod dječaka adolescenata“.

JEDINICA 1.2. DEFINICIJA PREDRASUDA KAO NAJČEŠĆI PREDUSLOV ZA RAZVOJ NASILNOG I ISKLJUČIVOG PONAŠANJA

Definicija predrasude

Predrasude su neopravdani ili pogrešni stavovi (obično negativni) prema pojedincu temeljeni samo na karakteristikama određenog pojedinca.

- Predrasude i stereotipi obično su temelj nasilnih / isključivih vrsta ponašanja.
- Razvijanje tolerancije i međusobnog poštovanja trebao bi biti uspješan protuotrov.

Posljedice opasnih situacija i nasilnog / isključivog tipa ponašanja (Rivara, Le Menestrel, 2016)

Posljedice se događaju:

Pojedinac koji je maltretiran

- Fizičke, psihosocijalne i akademske posljedice postignuća.
- Fizičke posljedice mogu biti trenutne (povreda) ili dugoročne (glavobolja, poremećaj sna itd.).
- Može se primijetiti kroz somatske simptome (poremećaji spavanja, gastrointestinalni problemi, glavobolja, palpacije i hronični bol).
- Izloženost nasilju ili isključenosti aktivira sistem stresa i utiče na rad mozga.
- Na psihosocijalnom nivou stvara socijalni bol - „osjećaj boli koji prati iskustva odbacivanja vršnjaka, ostracizma ili gubitka“.
- Pojedinci mogu internalizirati ili pretjerano eksternalizirati probleme.
- Teške i dugoročne žrtve razvijaju psihotične simptome.

Pojedinac koji maltretira

- Djeca i adolescenti koji maltretiraju druge jer imaju neki oblik neprilagođenosti ili su motivirani uspostavljanjem svog statusa na društvenoj mreži.
- Prema stereotipu djeca i omladina koji maltretiraju druge su na višem nivou funkcionalnog oštećenja/psihopatologije, slabih su socijalnih vještina, te posjeduju neznatne vrijednosti i kompetencije koje vršnjačka grupa cijeni.
- Djeca i adolescenti koji su nasilnici doživljavaju psihosomatske i psihotične posljedice.

Pojedinac koji je maltretiran i koji maltretira

- Doživljava posebnu kombinaciju posljedica koje doživljavaju i djeca koja su samo počinitelji i djeca koja su samo meta.
- Komorbiditet eksternalizirajućih i internalizirajućih problema, negativna percepcija sebe i drugih, slabe socijalne vještine i odbacivanje od strane vršnjačkih grupa.
- Fizički: najčešće poteškoće sa spavanjem.
- Psihosocijalni: internaliziranje i eksternaliziranje problema, problemi s mentalnim zdravljem u odrasloj dobi.

Osobe koje su promatrači maltretiranja

- Osjećanja anksioznosti i nesigurnosti.
- Strah od odmazde koji promatračima često onemogućuje da potraže pomoć.
- Vrlo ograničeno istraživanje o posljedicama svjedočenja maltretiranja za djecu i mlade koji su promatrači.
- Posljedice postoje, ali ih je teže kategorizirati i zaključiti da je glavni razlog različitih simptoma skriven u svjedočenju epizode nasilnog / isključivog događaja.

JEDINICA 2. KONCEPT POŠTOVANJA I PREDRASUDA NAKON NASILNE / EKSKLUZIVNE EPIZODE

JEDINICA 2.1. RAZUMIJEVANJE, PREPOZNAVANJE I REAGOVANJE NA NASILNU / EKSKLUZIVNU EPIZODU U ODREĐENOM OKRUŽENJU

Agresija se generalno definiše kao svaki čin koji ima za cilj da povredi drugu osobu. Šteta može biti u više oblika i služiti različitim funkcijama. Fizička agresija uključuje vršnjake da budu oštećeni kroz fizičko oštećenje ili prijetnju takvim oštećenjima (npr. Guranje, grickanje, udaranje i sl. ; Leff i drugi, 2010).

- Relaciona agresija nanosi štetu povredom ili manipulisanjem odnosa (npr. Prijetnja prestankom komunikacije, izolacija nekoga, prijavljivanje itd.; Leff, Crick, 2010).
- Uobičajeni izrazi su takođe indirektna agresija i socijalna agresija.
- Kada se vizualizuju scenariji sa fizičkom agresijom, dječaci se obično prikazuju i kao agresor i kao meta.
- Nedavna istraživanja pokazuju da djevojčice više koriste relacijsku agresiju nego dječaci.
- Prepoznavanje relacijske agresije u školskim sredinama nije direktan proces - odrasle osobe ne mogu primijetiti relacijsku agresiju ili ih odrasle osobe i učenici identifikovati kao agresiju (slično je u sportskim timovima).
- Korištenje perspektive i vršnjaka i odraslih stvari preklapajuće percepcije ponašanja.
- Fokusiranje na vještine koje pomažu deci da razvijaju i održavaju socijalnu podršku mogu umanjiti uticaj viktimizacije različitih oblika agresije.
- Razvoj potpornih odnosa s vršnjacima.
- Prilagođavanje specifičnoj dinamici grupe.

JEDINICA 2.2. RAZVOJ POZITIVNOG PONAŠANJA MEĐU VRŠNJACIMA (U ŠKOLSKOM I SPORTSKOM OKRUŽENJU)

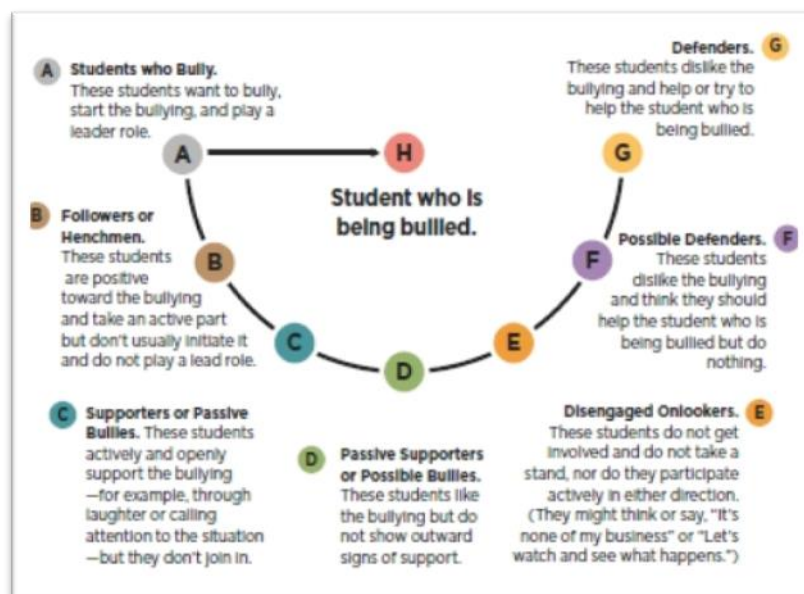
Razvijanje pozitivnog ponašanja

- Jednom kada se u grupi (timu ili razredu) dogodila nasilna / ekskluzivna epizoda, nema povratka.
- Negiranje takvog događaja može samo pogoršati stvari.
- Pokušajte sažeti razloge i sarađujte sa grupom da se ne ponovi.
- Pozitivne vrste ponašanja, kao što su poštovanje, tolerancija, razumijevanje i opšta kohezija grupe, smatraju se korisnim u sprječavanju nasilnog / ekskluzivnog ponašanja (Hawkins, Nabors, 2018).
- Djeca mogu biti prihvaćena ili odbijena od strane svojih vršnjaka, a često ih se u učionici (ili sportskom timu) definiše kao voljene ili nevoljene od strane drugih.
- Djeca koja su voljena od strane svojih vršnjaka društveno su kompetentnija i kooperativnija od odbačene djece.
- Učinkoviti programi protiv zlostavljanja naglašavaju sprječavanje fizičke agresije i povećanje pro socijalnih vještina.

- Vršnjaci utiču na grupne norme, stavove i ponašanje - razvijajući pozitivno ponašanje u grupi kao cjelini.

Odnos s vršnjacima

- Kroz proces socijalizacije, na djecu utiču različiti faktori - prije svega njihovi roditelji; kasnije njihovi vršnjaci.
- Prihvatanje vršnjačke grupe povezano je sa vršnjačkim pritiskom, „time je vršnjački pritisak definisan i kao dio normalnog procesa psihološkog razvoja i kao glavni doprinos razvoju rizičnih ponašanja“ (Lewis & Lewis, 1984).
- Djeca više razgovaraju o negativnim događajima nego o pozitivnom ponašanju - ogovaranje.
- Podučavanje i ohrabrivanje učenika da daju pozitivne izjave konkretno vezane za ponašanje svojih vršnjaka mijenjaju fokus i osoblja i djece sa kažnjavanja neprikladnog ponašanja na prepoznavanje pro socijalnog ponašanja.
- Prijatelji kao zaštitni faktori.
- Prijateljstva su vrlo važna za dječji razvoj - omogućuju djeci sticanje osnovnih socijalnih vještina (Hawkins, Nabors, 2018).
- Imati kvalitetno najbolje prijateljstvo moglo bi u različitim kapacitetima biti funkcionalno kako bi se djeca zaštitila od toga da postanu meta nasilja.
- Na primjer, tokom treninga, kada djecu dijelite u grupe ili u parove, pobrinite se da svi imaju partnera i da svi znaju tko je u njihovoj skupini - potaknite upoznavanje i formiranje prijateljstava.



1.1. Slika. Krug nasilništva: reakcije / uloge učenika u akutnoj nasilničkoj situaciji

(adaptirano od Olweus, 2001., citirao Rivara, Le Menestrel, 2016, 78)

JEDINICA 3. GRUPNI EMOCIONALNI ODGOVORI, GRUPNA KOMUNIKACIJA NAKON NASILJA

JEDINICA 3.1. DEFINICIJA EMOCIJA I VAŽNOST GRUPNE KOMUNIKACIJE NAKON NASILNE / EKSKLUZIVNE EPIZODE

Emocije

- Emocije funkcionišu prvenstveno kako bi motivisale ponašanje na nivou pojedinca i grupe.
- Naučno proučavanje emocija tradicionalno je fokusirano na pojedinca.
- Posljednjih godina sve se više fokusira na grupne emocije.
- Grupne emocije su ključne u stvaranju i održavanju međugrupnih stavova i odnosa.
- Promjene tih osjećaja s vremenom mogu postati povezane s različitim međugrupnim ponašanjima.

Četiri ključna kriterija koji definišu emocije na nivou grupe

- Razlikuju se od individualnih emocija iste osobe.
- Oni zavise od stepena identifikacije osobe u grupi.
- Oni su društveno podijeljeni u grupi.
- Doprinose regulisanju stavova i ponašanja unutar grupa i među grupama.

Komunikacija

- Komunikacija (verbalna i neverbalna) je ključ uspješnog rješavanja problema i prilagođavanja novim situacijama.
- Djeca koja imaju poteškoće u komunikaciji boće manje sposobna za druženje i sklapanje prijateljstava, što će zauzvrat dovesti do toga da se osjećaju podcijenjenim ili nesigurnim.
- Komunikacija može biti pozitivna i a negativna - štetna.
- Komunikacija može predstavljati oblik agresivnog ponašanja.
- Otvorena i iskrena komunikacija je neophodno sredstvo u strategijama rješavanja problema.
- Komunikacija je veza između ova tri domena:
 - 1) *unaprjeđenje dječje socijalne, kognitivne i vještine rješavanja problema;*
 - 2) *poboljšanje odnose s vršnjacima;*
 - 3) *smanjenje destruktivnog ponašanja kod kuće i u školi (ili sportskom timu).*

Razvoj djece

- Sportaši koji demonstriraju destruktivno ponašanje tokom treninga ometaju sopstveno učenje kao i učenje drugih sportaša, smanjujući vrijeme za podučavanje i ograničavajući sportska postignuća.
- Da bi spriječili da se takvo ponašanje, treneri trebaju efikasne strategije upravljanja ponašanjem kako bi promovisali pozitivno ponašanje tokom treninga.
- Srećom, istraživači su identifikovali efikasne strategije za podršku dječjeg socijalnog i emocionalnog razvoja.
- S obzirom na to da djeca uče kroz igru, a učešće u igri i sličnim aktivnostima je centralna odlika djetinjstva, nije iznenađujuće da se nekoliko metoda zasnovanih na igrama i sličnim aktivnostima pokazalo efikasnim za promociju dječjeg socijalnog i emocionalnog razvoja.

JEDINICA 3.2. IGRA DOBROG PONAŠANJA I POZITIVNO VRŠNJAČKO IZVJEŠTAVANJE KAO METODE ZASNOVANE NA IGRAMA I SLIČNIM AKTIVNOSTIMA ZA PROMOCIJU DJEČJEG SOCIJALNOG I EMOCIONALNOG RAZVOJA

O IGRI DOBROG PONAŠANJA (Hawkins, R., Nabors, L. (urednici) 2018)

- Vrsta međusobno ovisnih nepredviđenih situacija u grupi koja ima posebnu primjenu u učionici.
- Igra dobrog ponašanja je povećala odgovarajuće socijalno ponašanje kao i smanjila neprimjereno socijalno ponašanje u fizičkom vaspitanju.

Upravljanje u nepredviđenim situacijama

- Odnosi se na vrstu bihevioralne terapije u kojoj su pojedinci ili grupa „podstaknuti“ ili nagrađeni za dokaz pozitivne promjene u ponašanju.
- Dizajnirana da poveća pojavu odgovarajućeg ponašanja i smanji pojavu neprimjerenog ponašanja.

Nepredviđene situacije u grupi

- Dizajnirana da promovišu pozitivno ponašanje svih učenika u učionici.
- Može se koristiti za časove fizičkog vaspitanja ili za vrijeme sportskih treninga.
- Dobro podržana istraživanjima i mogu se smatrati strategijom zasnovanom na dokazima.
- Primjenjuje ista ciljna ponašanja, kriterije i poticaje na sve sportaše.
- Može umanjiti ili možda čak eliminisati potrebu za višestrukim individualizovanim interventnim planovima za sportaše sa većom stopom upitnog ponašanja.
- Tipovi nepredviđenih situacija u grupi:
 - Nezavisni
 - Ovisni
 - Međuzavisni

Tabela 1.1. Karakteristike nepredviđenih situacija u grupi

Nepredviđena situacija	Nosilac odgovornosti	Ponašanje promatrano prema kriteriju	Ko prima nagradu
Međuzavisna	Čitava grupa	Čitava grupa	Čitava grupa
Nezavisna	Čitava grupa	Pojedinac	Pojedinac
Ovisna	Pojedinac ili mala grupa	Pojedinac ili mala grupa	Čitava grupa

Koraci u razvoju i implementaciji Igre dobrog ponašanja

- Razvijanje pravila grupe i podučavanje odgovarajućeg tipa ponašanja
- Razvoj postupaka Igre dobrog ponašanja
- Upoznavanje djece s igrom
- Praćenje napretka i rješavanje problema

Igra dobrog ponašanja – Zaključci

- Igra dobrog ponašanja je strategija upravljanja grupnim ponašanjem sa značajnim istraživanjima koja dokumentiraju njene pozitivne učinke na dječje ponašanje.

- Ispitivanje primjene Igre dobrog ponašanja u različitim kontekstima, sa različitim populacijama i modifikovanim procedurama ili u kombinaciji sa drugim procedurama (npr. samo-nadgledanje, nezavisne grupne nepredviđene situacije) može pomoći u dobijanju informacija o najboljim praksama za promovisanje pozitivnog ponašanja.

Obrazloženje intervencija vršnjačkog izvještavanja (Hawkins, R., Nabors, L. (urednici) 2018)

- Tradicionalniji pristup upravljanju ponašanjem učenika je kažnjavanje antisocijalnog ponašanja primjenom modela nulte tolerancije.

- U okviru ovog modela, učenici često izbjegavaju kaznene postupke prikrivanjem problema koje nastavnici ne mogu da vide, što može dovesti do prijavljivanja (tj. 'Prijavljivanje neprimjerenog ponašanja vršnjaka' odraslima).

- Prijavljivanje je problematično iz nekoliko razloga.
- Prijavljivanje može dovesti do zlostavljanja i vršnjačke viktimizacije, jer djeca koja prijavljuju neprimjerenog ponašanje vršnjaka mogu biti meta zbog prijavljivanja.

- Treneri moraju iskoristiti dragocjeno vrijeme instrukcija da bi istražili prijavu o problematičnom ponašanju umjesto da podučavaju odgovarajuće sportsko ili pro socijalno ponašanje.

- Prijavljivanje može biti posebno problematično za djecu koja imaju emocionalne i poremećaje ponašanja, koja će vjerovatnije pribjegavati neprimjerenom ponašanju.

- Umjesto da se fokusiraju isključivo na kažnjavanje antisocijalnog ponašanja, sportski klubovi bi trebali uložiti napore da prepoznaju i osnaže pro socijalno ponašanje.

- Treneri često ne primjećuju i ne hvale odgovarajuće ponašanje jer troše dosta vremena i truda podučavajući vještine određenog sporta.

- Kao takvi, sportski klubovi mogu koristiti vršnjake da osnaže odgovarajuće ponašanje.

- Intervencije vršnjačkog izvještavanja podstiču djecu da se uključe u odgovarajuće ponašanje u svom prirodnom okruženju, što može pomoći pri generalizovanju socijalnih vještina naučenih slučajno ili direktnim podučavanjem.

- Oni takođe pružaju mogućnost djeci slabijeg socijalnog statusa (tj. onoj koja mogu biti zanemarena ili odbačena od strane svojih vršnjaka) da praktikuju pro socijalna ponašanja i dožive socijalno osnaživanje.

Vrste intervencija vršnjačkog izvještavanja

- Pozitivno vršnjačko izvještavanje i prijavljivanje pozitivnih primjera ponašanja su dvije vrste intervencija vršnjačkog izvještavanja.

- Sličnosti između pozitivnog vršnjačkog izvještavanja i prijavljivanja pozitivnih primjera ponašanja.

- Poticanje djece da se uključe u pozitivna, odgovarajuća, pro socijalna ponašanja.
- Omogućite djeci slabijeg socijalnog statusa (tj. onoj koja mogu biti zanemarena ili odbačena od strane svojih vršnjaka) da praktikuju pro socijalna ponašanja i dožive socijalno osnaživanje.

- Efikasno u različitim okruženjima i sa različitim ciljnim ponašanjem i populacijom.

- Može se koristiti sa grupnim nepredviđenim situacijama.

- Može se koristiti sa grupnim nepredviđenim situacijama.

- Uključuje obuku djece da prijavljuju pro socijalno ponašanje vršnjaka.

- Uključuje javno objavljivanje napretka grupe u pravcu ciljeva.

Tabela 1.2. Razlike između pozitivnog vršnjačkog izvještavanja i prijavljivanje pozitivnih primjera ponašanja

Pozitivno vršnjačko izvještavanje	Prijavljivanje pozitivnih primjera ponašanja
Koristi javno izvještavanje	Koristi privatno izvještavanje (iako se izabrani prijave pozitivnih primjera ponašanja mogu čitati naglas)
Zahijeva vještine usmenog izvještavanja	Zahijeva pismene vještine izvještavanja
Često uključuje prijavljivanje djeteta zvijezde/MVP	Uključuje izvještavanje o ponašanju bilo kog člana grupe

Intervencije pozitivnog vršnjačkog izvještavanja

- Treneri obično odvoje 10–15 minuta na kraju treninga za javnu sesiju u kojoj se traže izvještaji o vršnjacima o pro socijalnom ponašanju ciljanog djeteta.
- Vršnjaci su obučeni da pružaju odgovarajuće izvještaje o ponašanju jednih drugih, a izvještaji se obično razmjenjuju za nagradne bodove za grupe.

Intervencije prijavljivanja pozitivnih primjera ponašanja

- Koristeći kombinaciju prijavljivanja i trubljenja, Skinner i kolege (2000) su napravili novi termin *tootling*/prijavljivanje pozitivnih primjera ponašanja svojih vršnjaka (tj. Navode ko je pokazao pro socijalno ponašanje, šta je vršnjak učinio, i ko je imao koristi od tog ponašanja)

Smjernice za sprovođenje intervencija vršnjačkog izvještavanja

- Nekoliko implementacijskih smjernica treba uzeti u obzir pri provođenju intervencija vršnjačkog izvještavanja. Ova razmatranja uključuju: (1) Javno i privatno izvještavanje; (2) Izvještavanje o pojedincu i grupi; (3) obuka učenika; (4) Korištenje odgovarajućih nepredviđenih situacija u grupi uz javno objavljivanje; (5) Zaštita od negativnih interakcija; i (6) Izrada plana praćenja napretka

JEDINICA 4. STRATEGIJE PREMA SITUACIJSKIM FAKTORIMA

JEDINICA 4.1. SITUACIJSKI RIZIK I ZAŠTITNI FAKTORI ZA NASILJE I SOCIJALNU ISKLJUČENOST

Javnozdravstveni pristup nasilju mladih

- identifikovanje rizičnih i zaštitnih faktora;
- utvrđivanje kada se u životnom toku obično očituju;
- osmišljavanje preventivnih programa koji se mogu uspostaviti u pravo vreme da budu najefikasniji;
- upoznavanje javnosti sa ovim nalazima.

Faktori rizika i zaštitni faktori

- Naučnici su identifikovali brojne lične karakteristike i okolinske uslove koji djecu i adolescente dovode u opasnost od nasilnog ponašanja, kao i neke koji ih štite od posljedica rizika.
- Ovi faktori rizika i zaštitni faktori mogu se naći u svim oblastima života; oni imaju različite učinke u različitim fazama razvoja.

Osnovni principi iz istraživačkih studija

- Faktori rizika povećavaju vjerovatnoću da će mlada osoba postati nasilna, ali zapravo ne moraju biti uzrok nasilnosti mlade osobe. Naučnici ih vide kao pouzdane prediktore ili čak kao vjerovatne uzroke nasilja kod mladih. Oni su korisni za identifikaciju ranjive populacije kod koje se može intervenisati.
- Markeri rizika poput rase ili etničke pripadnosti često se miješaju sa faktorima rizika; markeri rizika nemaju uzročni odnos sa nasilnim ponašanjem.
- Nijedan pojedinačni faktor rizika ili kombinacija faktora ne mogu predvidjeti nasilje s nepogrešivom tačnošću. Mali broj mladih ljudi izloženih jedinstvenom faktoru rizika će pokazati nasilno ponašanje; Slično tome, većina mladih ljudi izloženih višestrukim rizicima neće postati nasilna. Isto tako, zaštitni faktori ne mogu garantovati da dijete izloženo riziku neće postati nasilno.
- Istraživači su identifikovali najmanje dvije početne putanje za nasilje mladih: putanju tokom djetinjstva koja počinje prije puberteta i adolescentsku koja počinje poslije puberteta. Nasilno ponašanje doseže vrhunac tokom druge decenije života. Mala grupa prestupnika koja je sa nasilnim ponašanjem započela u djetinjstvu počinje više nasilnih krivičnih djela, a veća grupa adolescenata prestupnika počinje sa pokazivanjem nasilnog ponašanja.
- Prepoznavanje i razumijevanje načina funkcionisanja zaštitnih faktora potencijalno su toliko važni za sprečavanje i zaustavljanje nasilja koliko i identifikovanje i razumijevanje faktora rizika. Predloženo je nekoliko zaštitnih faktora, ali do sada je otkriveno da su samo dva umanjila rizik od nasilnog ponašanja - netolerantan odnos prema devijantnosti i posvećenost školi. Zaštitni faktori zahtijevaju dodatno istraživanje.

JEDINICA 4.2. PROGRAMI DIZAJNIRANI ZA BORBU PROTIV NASILJA I ISKLJUČENOSTI

Klasifikacija efikasnosti strategija i programa (General, U. S. 2001).

- Efikasni ili neefikasni

Klasifikacija efikasnih programa

- Modalni programi (ispunjavaju veoma visoke standarde demonstrirane efikasnosti).
- Obećavajući programi (ispunjavaju minimalni standard demonstrirane efikasnosti).

Klasifikacija strategija i programa

- Preventivni programi i strategije (primarna prevencija) - sprečavanje nasilnog ponašanja među mladim populacijama.
- Interventni programi i strategije (sekundarna i tercijarna prevencija) - smanjenje rizika od nasilnog ponašanja među mladima koji pokazuju jedan ili više faktora rizika za nasilno ponašanje (visokorizična omladina) ili sprečavanje daljeg nasilnog ponašanja ili eskalacije nasilnog ponašanja među mladima koji su već uključeni u nasilno ponašanje.

Programi i strategije primarne prevencije (M = modalni programi; P = obećavajući programi)

Programi za jačanje vještina i sposobnosti

- Osposobljavanje za životne vještine (M)
- Projekt prevencije na srednjem zapadu (M)
- Promicanje alternativnih strategija (P)
- Mogu riješiti problem (P)

Programi obuke za roditelje

- Program za jačanje obitelji u Iowa-i (P)
- Priprema za godine bez droga (P)
- Povezivanje interesa porodice i učitelja (P)

Programi i strategije upravljanja ponašanjem

- Praćenje ponašanja i strategija jačanja (M)
- Bihevioralne tehnike upravljanja učionicama (M)
- Projekt socijalnog razvoja u Seattle-u (M)
- Program za sprečavanje zlostavljanja (P)
- Igra dobrog ponašanja (P)
- Prijelazni okolišni program škole (P)

Programi jačanja kapaciteta

- Obrazovanje za razvoj programa (M)

Strategije podučavanja

- Programi kontinuiranog napretka (M)
- Kooperativno učenje (M)

Programi utemeljeni u zajednici

- Pozitivni programi za razvoj mladih (P)

JEDINICA 4.3. PRIMJERI POTENCIJALNIH STRATEGIJA TRENIRANJA ZA UPRAVLJANJE PONAŠANJEM SPORTAŠA

Strategija	Teoretičar	Primjer treniranja
Jasno objasnite očekivano ponašanje · Jasno objasnite ponašanje koje se ne toleriše · Jasno objasnite posljedice	Canter i Canter (2010)	"Dok čekate na svoj red, nema guranja. Ako vidim da se netko gura, propustit će svoj red i biti zamoljen da se vrati na kraj reda."
Uspostavite pravila na početku treninga	Jones (2000)	Na početku svake sesije ukratko iznesite svoja očekivanja.
Koristite podsjetnike za pravila tokom treninga	Rogers (1995)	"Johne, sjeti se da ne mlatiš rukama i nogama. Molim te, lijepo sačekaj svoj red."

Slijedite očekivanja	Jones (2000)	"John, zamolio sam te da se ne guraš u redu i vidio sam kako se pokušavaš ubaciti preko reda. Sada ćeš propustiti svoj red i idi na kraj reda."
Budite spremni; planirajte kako ćete riješiti demonstraciju neprimjerenog ponašanja	Rogers (1995)	Trener treba da identifikuje neko eventualno neprimjereno ponašanje koje se može dogoditi i osmisli plan kako da se postavi prema sportašu.
Koristite poticaje · Društvene riječi · Geste · Izrazi lica · Verbalno: «u redu», «dobar posao» · neverbalno: osmijeh, pljesak, palac gore	Skinner (2002)	Trener potiče pozitivno ponašanje davanjem afirmacija, uključujući "dobro urađeno", pljeskajući na sportaševe performanse i smiješeći se ili namignuvši sportašu.
Koristite učinkovit govor tijela: · Učinkovita neverbalna komunikacija zaustavlja loše ponašanje i smanjuje verbalnu konfrontaciju · Geste ili znakovi, pauziranje, držanje tijela - asertivno držanje, fizička blizina, kontakt očima, izrazi lica	Jones (2000)	Trener gleda sportaša i namršti se kada sportaš pokazuje neprimjereno ponašanje.
Upotrijebite asertivne izjave da kontrolirate ponašanje sportaša	Rogers (1995)	"Jack, razočaran sam što koristiš takav način izražavanja. Ako nastaviš tako govoriti, bit ćeš udaljen iz igre."
Koristite pozitivnu verbalnu komunikaciju za odgovarajuće ponašanje	Jones (2000)	Jones (2000) "Hvala na prikupljanju opreme, Cooper, stvarno cijenim tvoju pomoć."
Naglašavanje negativnog: ponašanje se poboljšava kada se izbjegava negativni ishod.	Skinner (2002)	Sportaš koji strpljivo čeka svoj red osigurava da isti neće propustiti.
Omogućite izbor	Rogers (1995)	"Jason, ako odlučiš da ne igraš po pravilima, tražit ću da odeš. Tvoj izbor."
Koristite nagrade za dobro ponašanje: opipljivi, stvarni predmeti koji se koriste za poželjno ponašanje	Skinner (2002)	Treneri mogu nagraditi mlade sportaše certifikatom za lijepe manire ili kontinuirano ispoljavanje odgovarajućeg ponašanja.
Ljubazno i okruženje puno poštovanja zadovoljava potrebe za brižnošću. Ako mu se pokaže brižnost, sportaš će pokazati brižnost prema drugima.	Maslow (1970)	Trener bi trebao biti uzor po manirima i pokazivanju poštovanja prema sportašima ako se očekuje da će sportaši učiniti isto zauzvrat.

JEDINICA 5. KOMUNIKACIJA SA ŽRTVOM I POČINIOCEM I UPRAVLJANJE NEGATIVNIM EMOCIJAMA

JEDINICA 5.1. STRATEGIJE ZA RJEŠAVANJE SLUČAJEVA ZLOSTAVLJANJA

Osigurajte da dijete zna da ste 100% na njihovoj strani. Nikada ne odbacujte brige djeteta i pobrinite se da se svi oblici zlostavljanja ozbiljno tretiraju (npr. pogrдна imena, fizički napadi).

- Mogući okidači napada - ponekad se dijete može pretvoriti u metu za nasilnika nenamjerno ljuteći napadača.
- Ako imate tiho i sramežljivo dijete kojem je teško sklapati prijateljstva, pomozite mu da izgradi samopouzdanje i pokažite mu strategije za sklapanje prijateljstava (npr. pridruživanje klubovima).
- Potičite asertivnost, a ne agresivnost. Naučite ih da shvate da ne moraju trpjeti maltretiranje i da imaju pravo prema da se sa njima postupa s poštovanjem.
- Uvjerite dijete da nije krivo za nasilje koje doživljavaju. Često će i nasilnik i žrtva doživljavati slične osjećaje nesigurnosti i bezvrijednosti.

JEDINICA 5.2. DJEČJI EMOCIONALNI RAZVOJ I UPRAVLJANJE EMOCIJAMA

Dječji emocionalni razvoj (Lee, 2010)

- Slušati i prihvatati djetetove osjećaje ne znači da im morate 'popustiti' i omogućiti im potpunu slobodu. Na primjer, u slučaju djeteta koje kaže da nije umorno i da ne želi ići u krevet; prihvatanjem onoga za što kažu ne morate im dopustiti da ostanu kasnije nego inače, to bi, naravno, moglo biti štetno ako idućeg jutra moraju ići u školu.
- Djeca, poput odraslih, zaslužuju objašnjenja i njihove osjećaje treba uzeti razmotriti i uzeti u obzir.

Prihvatanje djetetovih osjećaja (Lee, 2010)

- Kad vam dijete kaže kako se osjeća, uvijek mu morate posvetiti punu pažnju.
- Suzdržite se od dovođenja u pitanje njihovih osjećaja ili davanja savjeta odmah - pokušajte najprije shvatiti ono što imaju za reći.
- Razgovarajte o djetetovim osjećajima i zajedno istražite moguća objašnjenja ili razloge načina na koji se osjećaju, umjesto da poričete njihove emocije.

Pokazivanje osjećaja i emocija (Lee, 2010)

- Pomozite u razvijanju pozitivnog osjećaja identiteta razumijevanjem:
- *Kako prihvatiti sebe*
- *Kako se svidjeti sebi*
- *Kako uvažavati sebe*
- *Kako razviti pozitivnu sliku o sebi*
- *Kako i zašto postoje*
- *Kako razviti samopoštovanje*
- *Kako razviti vještine koje će im omogućiti da se brinu o sebi.*

Poticanje pozitivnog osjećaja identiteta (Lee, 2010)

- Pokažite ljubav i afekciju prema djetetu kako bi se ono moglo društveno razvijati.

- Prihvatite dijete onakvo kakvo jeste i šta može učiniti bez postavljanja nerealnih ciljeva ili tjeranja prije nego što budu spremna.

- Poštujte i cijenite dijete tako da ono zauzvrat nauči kako da poštuje i cijeni sebe.
- Potrudite se da se ponaša na odgovarajući način.

Podržavanje djece (Lee, 2010)

- Djeci je potrebno vreme, prostor i puno podrške odraslih da bi naučili da prihvataju, izražavaju i nose se sa svojim emocijama.

- Pokažite djetetu strpljenje kada se nosi sa svojim osjećajima, tako da nauči kako da pregovara sa drugima i da gradi pozitivna prijateljstva.

Podizanje djetetovog samopoštovanja (Lee, 2010)

- Ohrabrujte dijete (Da, vi to možete!).
- Obezbijedite stalnu njegu (vjerujte u svoju djecu).
- Obezbijedite pozitivne uzore (pokažite svojoj djeci šta se od njih očekuje, pokušajte biti dobar uzor).
- Omogućite djeci jasne, konzistentne granice (postavite granice).
- Pomozite djetetu da bude uspješno (realna očekivanja).
- Cijenite dječji trud (posebno kada prvi put nešto urade).
- Omogućite djetetu slobodu da samo odlučuje.
- Pomozite djetetu da pronađe nešto u čemu je dobro (sport, muzika ili nešto treće).

Pomaganje djeci da se nose s negativnim emocijama

- Profesionalci koji rade u sportskim klubovima imaju veliki spektar zadataka kojima žongliraju svakodnevno - od ispunjavanja ciljeva, upravljanja ponašanjem, bavljenja roditeljskim očekivanjima.
- Ponekad se bavljenje negativnim emocijama ili problemima mentalnog zdravlja kod djece čini nemogućim zadatkom pored drugih silnih zahtjeva.

Razgovarajte o emocijama

- Djeca dobre emocionalne pismenosti bolje se snalaze u školi i bolje se snalaze sa snažnim emocijama. Dobra emocionalna pismenost znači sljedeće:
- Razumijevanje da postoje različite emocije (ljutnja, tuga, briga, sramota, uzbuđenje, sreća, krivica itd.).
- Razumijevanje da emocije variraju u intenzitetu od blagih do jakih.
- Razumijevanje da emocije pokreću misli i situacije.
- Sposobnost prepoznavanja emocija u sebi i drugima.
- Sposobnost izražavanja emocija i preduzimanje koraka za suočavanje sa negativnim emocijama.

Priznati i suosjećati prije svega.

Priznanje i empatija govore da nam je stalo do njihove borbe. Na primjer:

- Vidim da se trenutno osjećaš frustrirano. Žao mi je što se osjećaš tako loše.
- Možda griješim, ali djeluješ pomalo zabrinuto. Mora da ti je teško.
- Žao mi je što se zbog toga osjećaš uznemireno.
- Mislim da bih se i ja osjećala vrlo tužno da sam ti.
- Znam da si veoma ljut/a. Nije zabavno osjećati se tako.
- Žao mi je što se osjećaš tako tužno.

Imajte plan za negativne emocije

S obzirom na to da djeca često (često i svakodnevno) doživljavaju snažne emocije, treba im vodič za "šta raditi" da bi ih naučili šta da rade kad se to dogodi:

- Udahnite polako, a izdahnite još sporije.
- Izgovorite "umirujuće misli" (Djeca mogu da ih pripreme ranije i čuvaju u svojoj pernici ili ladici - to bi mogle biti rečenice za koje smatraju da su uvjerljive poput: "Dobro sam", "Mogu se snaći", "nije kraj svijeta" itd.).
- 2 minute se koncentrišite na zadatak da „restartujete“ tok misli.
- Igrajte igru „zamisli da“ (zamisli da sam osvojio 1000 dolara; zamisli da mogu da letim; zamisli da li bih igrao fudbal za „Vrane“.
- Držite umirujući predmet.
- Napišite napomenu / nacrtajte sliku da biste rekli treneru da se loše osjećate.
- Istegnite tijelo.

Pohvalite, priznajte i nagradite hrabro i smireno ponašanje.

Pozitivni poticaj je nevjerovatno moćan alat koji može dramatično povećati šansu da se ponašanje ponovi. Kao što treneri pružaju pozitivni poticaj djeci koja naporno rade na savladavanju zadataka, tako moraju da pruže pozitivni poticaj djeci kada se ponašaju mirno ili hrabro:

- Primijetio sam da si duboko udahnuo, umjesto da bježiš. Baš divno.
- Stvarno si pokušao da ne vičeš, stvarno sam ponosan na tebe.
- Hvala što si nam napravio tu prezentaciju, znam da je bilo potrebno mnogo hrabrosti.
- Pročitao si mi to iako si bio nervozan, hvala što si bio tako hrabar.
- Primijetio sam da si se potrudio da nastaviš sa svojim poslom čak i kad te John frustrirao. Postaješ miran student, i impresioniran sam.

PITANJA SAMOKONTROLE

Navedite nekoliko opasnih situacija koje se mogu vidjeti među djecom u vašem timu / djecom uopšte.

Ko je pogođen posljedicama nasilnog / ekskluzivnog ponašanja?

Koje su glavne vrste agresije?

Koji je način razvijanja pozitivnog ponašanja?

Zašto je odnos vršnjaka važan?

Navedite primjer agresivnog ponašanja u svojim sportskim grupama i razgovarajte o mogućem načinu rješavanja tih situacija.

ODJELJAK O ZNANJU / STUDIJSKI ZADACI

Studija slučaja

1. Korištenjem Smjernica Igre dobrog ponašanja (Poglavlje 1. u knjizi Hawkins, R., Nabors, L. (ur.) (2018). *Promicanje pro socijalnog ponašanja kod djece kroz igru i zabavne aktivnosti. Učiniti socijalno emocionalno učenje zabavnim*) osmislite vlastitu verziju za provođenje procedura Igre dobrog ponašanja u vašem sportskom klubu.

2. Korištenjem Smjernica za implementaciju vršnjačkog izvještavanja (Poglavlje 3. u knjizi Hawkins, R., Nabors, L. (ur.) (2018). *Promicanje pro socijalnog ponašanja kod djece kroz igru i zabavne aktivnosti. Učiniti socijalno emocionalno učenje zabavnim*) osmislite vlastitu verziju za provođenje procedura Igre dobrog ponašanja u vašem sportskom klubu.
3. Korištenjem Smjernica na stranicama 96–99, u članu Harris-Reeves, BE, Skinner, J., Milburn, P., i Reddan, G. (2013), *Primjena strategija upravljanja ponašanjem u kontekstu sportskog treniranja (Journal of Coaching Education/ Časopis za trenersko obrazovanje, 6 (2), 87–102)*, osmislite plan za primjenu strategija u procesu treniranja (na jednom ili nekoliko treninga).

Pismeni rad - dajte konkretne primjere za svaku od strategija (do 2 stranice; rad mora biti upisan u 1,5 razmaka i s 12 pt. fonta s 3 cm margine na lijevoj strani i 1,5 cm s desne strane, 2,5 cm margine na vrhu i na dnu stranice.

POWERPOINT PREZENTACIJA

Emocionalne reakcije i grupna komunikacija

Opišite problem u vlastitoj prezentaciji u sportskoj grupi / ekipi koja uključuje emocionalne reakcije i grupnu komunikaciju

Identificirajte dva do tri moguća rješenja i opišite kako ste se kao trener snalazili u ovoj situaciji

Napravite PowerPoint prezentaciju (ne dužu od 10 slajdova; opisati ključne aspekte ovih pitanja)

REFERENCE

1. Brännström, L., Kaunitz, C., Andershed, A., South, S., Smedslund, G. (2016). Trening za zamjenu agresije (ART) za smanjenje antisocijalnog ponašanja kod adolescenata i odraslih: Sistemski pregled. *Agresija i nasilno ponašanje*. 27: 30–41.
2. Brittian, A.S., Humphries, M.L. (2015). Pro socijalno ponašanje tijekom adolescencije, 2015–227. Smelser, N. J., Baltes, P.B. Međunarodna enciklopedija društvenih i bihevioralnih nauka. 2. izdanje (vol.19). Oxford: Elsevier Science Ltd.
3. Calm Kid Central (2017). *Pomoć djeci da se nose sa negativnim emocijama u učionici*. Dostupno na <https://developingminds.net.au/articles-for-professionals/2017/5/21/helping-kids-deal-with-negative-emotions-in-the-classroom>; 24.2.2019.
4. Estévez, E., Inglés, C.J., Emler, N.P., Martínez-Monteagudo, M.C., Torregrosa, M.S. (2012). Analiza odnosa između viktimizacije i nasilja u školi: uloga antisocijalne reputacije. *Psihosocijalna intervencija*. 21 (1): 53–65.
5. Harris-Reeves, B. E., Skinner, J., Milburn, P., & Reddan, G. (2013). Primjena strategija upravljanja ponašanjem u kontekstu sportskog treniranja. *Časopis za edukaciju trenera*, 6(2), 87–102.
6. Hawkins, R., Nabors, L. (urednici) (2018). *Promovisanje pro socijalnog ponašanja kod djece kroz igre i zabavne aktivnosti. Stvaranje zabave za socijalno emocionalno učenje*. New York: Nova Science Publisher.
7. General, U.S. (2001). *Nasilje mladih: Izvještaj Načelnika zdravstvene službe*. Washington DC: Američki ured za zdravstvo i ljudske usluge.
8. Lee, A. (2010). *Kako uzgajati veliku djecu*. Spring Hill: Kako zadovoljiti.

9. Leff, S.S., Crick, N.R. (2010). Intervencije za relacijsku agresiju: inovativno programiranje i sljedeći koraci u istraživanju i praksi. *Pregled školske psihologije/School Psychology Review*. 39 (4): 504–507.
10. Leff, S.S., Waasdorp, T.E., Crick, N.R.: (2010). Pregled postojećih programa relacijske agresije: snage, ograničenja i pravci budućnosti. *Pregled školske psihologije/School Psychology Review*. 39(4): 508–535.
11. Leff, S.S., Waasdorp, T.E., Paskewich, B., Gullan, R.L., Jawad, A.F., MacEvoy, J.P., Feinberg, B.E., Power, T.J. (2010). Svakodnevni *program* za sprečavanje relativne agresije u školama: preliminarna procjena prihvatljivosti i učinka. *Pregled školske psihologije/School Psychology Review*. 39(4): 569–587.
12. Llorca-Mestre, A., Malonda-Vidal, E., Samper-García, P. (2017). Prosocijalno rasuđivanje i osjećaji kod mladih prijestupnika i ne-prijestupnika. *Evropski časopis za psihologiju, primijenjen na pravni kontekst*. 9 (2): 65–73.
13. Rivara, F., Le Menestrel, S. (ur.) (2016). Sprječavanje zlostavljanja putem nauke, politike i prakse. Washington, DC: The National Academies Press.
14. Smout, K. (2015). *Kad je djeci mrzak život. Ideje i savjeti kada se osjećate ljuto, zabrinuto ili tužno - ili kad život krene stranputicom!* Dostupno na <https://static1.squarespace.com/static/551dfbb6e4b06a5b2a85e190/t/55a9c23ce4b03f43f2a1152c/1437188668580/WhenLifeSucksforKidsFirstTwoChapters.pdf>; 24.2.2019.
15. Twenge, J.M., Ciarocco, N.J., Baumeister, R. F., DeWall, C.N., Bartels, J.M. (2007). Socijalna isključenost smanjuje pro socijalno ponašanje. *Časopis za psihologiju ličnosti i socijalnu psihologiju/Journal of Personality and Social Psychology*. 92 (1): 56-66.
16. Young, E.L., Boye, A.E., Nelson, D.A. (2006). Relacijska agresija: razumijevanje, prepoznavanje i reagovanje u školama. *Psihologija u školama*. 43(3): 297–312.



Sport Against Violence and Exclusion

II. RAZVOJ LIČNIH I DRUŠTVENIH (GRUPNIH) ODNOSA U SPORTU

II. RAZVOJ LIČNIH I DRUŠTVENIH (GRUPNIH) ODNOSA U SPORTU

AUTORI: Ilona Tilindiene, Dr. nauka; Rasa Kreivyte, Dr. nauka; Saulius Kavaliauskas, Irena Valantine, Dr. nauka

SADRŽAJ

JEDINICA 1. KONCEPCIJA SPORTSKE GRUPE I PSIHOSOCIJALNI ASPEKTI. OSOBENOSTI GRUPNE REGULACIJE EMOCIJA
JEDINICA 1.1. KONCEPCIJA SPORTSKE GRUPE I PSIHOSOCIJALNI ASPEKTI
JEDINICA 1.2. OSOBENOSTI REGULACIJE GRUPNIH EMOCIJA
JEDINICA 2. INDIVIDUALNE (LIČNE) I GRUPNE RAZLIKE I INTERAKCIJE. EDUKACIJA VRIJEDNOSTI ČLANOVA GRUPE (KOMUNIKACIONE VJEŠTINE, EMPATIJA, OTVORENOST, PODRŠKA, SARADNJA ITD.).....
JEDINICA 2.1. INDIVIDUALNE - (LIČNOST) I SPORTSKO-GRUPNE RAZLIKE I INTERAKCIJE
JEDINICA 2.2. VRIJEDNOSTI ČLANOVA SPORTSKE GRUPE (KOMUNIKACIJSKE VJEŠTINE, EMPATIJA, PODRŠKA, KOLABORACIJA) OBRAZOVANJE (KROZ RAZVOJ EMOCIONALNE INTELIGENCIJE)
JEDINICA 3. EDUKACIJA ZA POTICANJE GRUPNE KOHEZIJE STVARAJUĆI POZITIVAN ODNOS MEĐU ČLANOVIMA GRUPE
JEDINICA 3.1. OBRAZOVANJE ZA POTICANJE GRUPNE KOHEZIJE
JEDINICA 3.2. FORMIRANJE POZITIVNOG ODNOSA MEĐU ČLANOVIMA GRUPE
PITANJA SAMOKONTROLE
ODJELJAK O ZNANJU / STUDIJSKI ZADACI
REFERENCE.....

OPIS

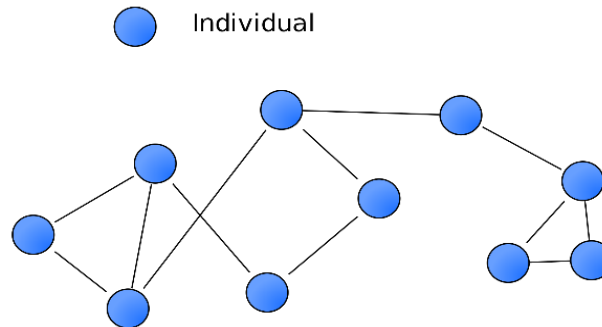
Ova tema je osmišljena da omogući razvoj ličnih i grupnih odnosa u sportu. Modul će razmotriti razumijevanje i učenje individualnih i grupnih psihosocijalnih karakteristika, njihove razlike i mogućnosti interakcije.

Glavna svrha ove teme je da edukuje trenere da razvijaju vrijednosti pojedinaca, formirajući pozitivan odnos među članovima grupe i koriste različite strategije (npr. poboljšanje emocionalnih reakcija, komunikacionih vještina, podrške) dizajnirane za promovisanje pozitivne klime u sportskoj grupi i izbjegavanje negativnih procesa poput agresije, maltretiranja u sportskim aktivnostima.

JEDINICA 1. KONCEPCIJA SPORTSKE GRUPE I PSIHOSOCIJALNI ASPEKTI. OSOBENOSTI GRUPNE REGULACIJE EMOCIJA

JEDINICA 1.1. KONCEPCIJA SPORTSKE GRUPE I PSIHOSOCIJALNI ASPEKTI

U društvenim naukama, **sportska grupa** može se definisati kao dvije ili više ljudi koji međusobno djeluju, dijele slične karakteristike i kolektivno osjećaju jedinstvo.



Slika 2.1. Pojedinci u skupinama međusobno su povezani društvenim odnosima (https://en.wikipedia.org/wiki/Social_group)

Uspjeh ili neuspjeh sportske grupe zavisi od toliko mnogo faktora:

- **Resursi članova sportske grupe**
- **Struktura sportske grupe** (veličina grupe, uloga grupe, norme grupe i kohezivnost grupe)
- **Procesi sportske grupe** (komunikacija, procesi donošenja grupnih odluka, dinamika moći, konfliktne interakcije itd.)
- **Zadatak sportske grupe** (složenost i međuzavisnost).

Struktura sportskih grupa je vrlo važan dio grupe. Ako se ljudima ne ispune očekivanja unutar grupa i ne ispune svoje uloge, oni možda neće prihvatiti grupu ili ih neće prihvatiti drugi članovi grupe.

Međuzavisnost u odnosu. Sportske grupe **su više međuzavisne** od ostalih. *Na primjer*, sportski tim imao bi relativno visok nivo međuzavisnosti u poređenju sa grupom ljudi koji gledaju film u kinu. Međuzavisnost može biti obostrana (ide naprijed-nazad između članova) ili više linearna / jednostrana.

Kohezijski pristup sportske grupe uključuje:

- Zajednički motivi i ciljevi
- Prihvaćena podjela rada, tj. uloga
- Uspostavljeni statusni (društveni rang, dominacija) odnosi
- Prihvaćene norme i vrijednosti u odnosu na pitanja važna za grupu
- Razvoj prihvaćenih sankcija (pohvale i kazne) ako i kada se poštuju ili krše norme.

Faktori koji utiču na koheziju sportskih grupa (Holt & Sparkes, 2001):

- Jasna uloga za svakog člana sportske grupe (svaki član tima je dobro svjestan uloge koju igra u radu tima)
- Spremnost na lične žrtve za dobro sportske grupe
- Kvalitet komunikacije između članova sportskih grupa (dobronamjernost, pomaganje jednih drugima, konstruktivno rješavanje sukoba itd.)
- Zajednički ciljevi sportske grupe.

Postoje dvije glavne vrste interakcija u sportskim grupama: interakcije u odnosima i interakcije sa zadacima. **Interakcije u odnosima**: akcije članova grupe koje se odnose na ili utiču na emocionalne i međuljudske veze unutar grupe, uključujući i pozitivne akcije (socijalna podrška, obzirnost) i negativne akcije (kritika, sukob). **Interakcije sa zadacima**: akcije članova grupe koji se odnose na projekte, zadatke i ciljeve grupe.

Jedan od najjednostavnijih načina za poboljšanje performansi bilo koje sportske grupe je **postavljanje određenih, teških, grupnih ciljeva**.

Model dijeli **ciljeve sportske grupe** na četiri glavne vrste, koje su dalje pod-kategorizovane (Forsyth, 2010):

- Stvaranje: stvaranje ideja i planova za postizanje ciljeva
- Zadaci planiranja
- Zadaci kreativnosti
- Izbor: izbor rešenja.
- Intelektualni zadaci
- Zadaci donošenja odluka
- Pregovaranje: organizovanje rješenja problema.
- Zadaci kognitivnih sukoba
- Zadatak mješovitih motiva
- Izvršavanje: čin izvršavanja zadatka.
- Takmičenja / bitke / takmičarski zadaci
- Performanse / psihomotorni zadaci

Vođenje je složen skup vjerovanja, obrazaca komunikacije i ponašanja koji utiču na funkcionisanje grupe i vode grupu ka ispunjenju njihovog zadatka.

Neki teže gravitiraju liderskim ulogama od drugih, dok su neki imenovani a neki hitno imenovani (Hargie, 2011).

Donošenje odluka u sportskim grupama ima važne ciljeve:

1) *Objasnite prednosti i nedostaci donošenja odluka u sportskim grupama.* **Prednosti donošenja odluka u sportskim grupama**: različite perspektive; više znanja; grupno vlasništvo i odgovornost za odluku; bolje razumijevanje odluke. **Nedostaci donošenja odluka u sportskim grupama**: pokušaj pojedinaca koji pokušavaju da dominiraju; pritisak da se povinujete čak i ako se ne slažete; samo promocija sopstvenih ideja, grupno razmišljanje; grupne odluke se duže donose.

2) *Identifikujte tehnike za poboljšanje grupnog odlučivanja.* Dobre odluke sportskih grupa donose rezultate u dobrom timu - tim definiše uloge članova s obzirom na očekivanja i pozicije.

Dvije vrste grupnih sukoba su **međugrupni sukobi** i **unutar-grupni sukobi**.

Međugrupni sukobi

Kada se sukob odvija između dvije ili više grupa, naziva se "međugrupni sukob". Uzroci **međugrupnih sukoba** su sljedeći:

1. Nedostatak resursa;
2. sukobljeni interes;
3. Odmjeravanje snaga.

Unutar-grupni sukobi

Grupu često čine osobe sličnih vrijednosti, stavova, interesa i ciljeva. Interesi u grupi su uglavnom isti, ali pojedinačni interesi i ciljevi mogu se razlikovati od osobe do osobe u grupi. Rezultat je sukob. Stoga se sukob između dva člana ili među nekim članovima u grupi može nazvati "unutar-grupnim sukobom". Do **unutar-grupnog sukoba** može doći zbog slijedećih razloga:

1. Razlika u ciljevima;
2. Poricanje odgovornosti;
3. Neefikasna kontrola nad grupom;
4. Ideološke razlike;
5. Visok stepen konkurencije;
6. Jaz u komunikaciji.

JEDINICA 1.2. OSOBENOSTI REGULACIJE GRUPNIH EMOCIJA

U psihologiji se **emocija** često definiše kao složeno stanje osjećaja koje rezultira fizičkim i psihološkim promjenama koje utiču na misao i ponašanje. Emocionalnost je povezana s nizom psiholoških pojava, uključujući **temperament, ličnost, raspoloženje i motivaciju**. Ljudska emocija uključuje „... fiziološko uzbuđenje, ekspresivno ponašanje i svjesno iskustvo“ (Weinberg & Gould, 2015).

Glavne teorije motivacije mogu se grupisati u tri glavne kategorije: **fiziološka, neurološka i kognitivna** (Gross & Thompson, 2007).

- **Fiziološke teorije** sugerišu da su reakcije u tijelu odgovorne za emocije.
- **Neurološke teorije** predlažu da aktivnost u mozgu dovodi do emocionalnih reakcija.
- **Kognitivne teorije** tvrde da misli i druge mentalne aktivnosti igraju suštinsku ulogu u formiranju emocija.

Naše emocije su sastavljene od **subjektivne komponente** (kako doživljavamo emociju), **fiziološke komponente** (kako naša tijela reaguju na emociju) i **ekspresivne komponente** (kako se ponašamo kao reakcija na emociju). Ovi različiti elementi mogu igrati ulogu u funkciji i svrsi naših emocionalnih reakcija. Naše emocije mogu biti kratkotrajne ili dugotrajne, ali zašto mi zapravo doživljavamo emocije? Koju ulogu one imaju?

Ljutnja se smatra jednom od osnovnih emocija, zajedno sa srećom, tugom, anksioznošću i gađenjem. **Anksioznost** ili ekstremna zabrinutost i briga normalna je reakcija na stresne situacije. U nekim slučajevima, međutim, briga postaje pretjerana ili hronična i može izazvati kod osoba koje pate od takve brige da se plaše svakodnevnih situacija. **Emocionalna inteligencija** odnosi se na sposobnost prepoznavanja i upravljanja sopstvenim emocijama, kao i emocijama drugih. Više od prostog pozitivnog raspoloženja, **sreća** je stanje blagostanja koje obuhvata dobar život – odnosno, daje smisao i duboko zadovoljstvo. **Pažljivost** može biti zdrav način prepoznavanja i upravljanja skrivenim emocijama koje mogu izazvati probleme u našim ličnim i profesionalnim odnosima. **Samokontrola** je sposobnost obuzdavanja impulsa, emocija i ponašanja kako bi se postigli dugoročniji ciljevi. **Stres** se uglavnom odnosi na dvije stvari: psihološku percepciju pritiska s jedne strane i reakcije tijela na njega sa druge, što uključuje više sistema, od metabolizma i mišića do pamćenja.

Emocije nas mogu motivisati za akciju. Skloni smo preduzimanju određenih radnji kako bismo iskusili pozitivne emocije i umanjili vjerovatnoću da osjetimo negativne emocije. *Na primjer*, možete potražiti društvene aktivnosti ili hobije koji vam pružaju osjećaj sreće, zadovoljstva i uzbuđenja. S druge strane, vjerojatno biste izbjegli situacije koje potencijalno mogu dovesti do dosade, tuge ili anksioznosti.

Emocije nam pomažu da preživimo, napredujemo i izbjegnemo opasnost. Emocije imaju adaptivnu ulogu u našem životu motivišući nas da djelujemo brzo i poduzimamo akcije koje će nam povećati šanse za opstanak i uspjeh.

Emocije nam mogu pomoći da donesemo odluke. Naše emocije imaju veliki uticaj na odluke koje donosimo. Čak i u situacijama za koje vjerujemo da se naše odluke vode isključivo logikom i racionalnošću, emocije igraju ključnu ulogu. Pokazalo se da emocionalna inteligencija ili naša sposobnost razumijevanja i upravljanja emocijama imaju važnu ulogu u donošenju odluka.

Emocije omogućavaju drugim ljudima da nas razumiju. Kada komuniciramo sa drugim ljudima, važno je dati naznake kako bismo im pomogli da shvate kako se osjećamo. Ove naznake mogu uključivati emocionalnu ekspresiju kroz govor tijela, kao što su razne facijalne ekspresije povezane sa određenim emocijama koje doživljavamo.

Emocije nam omogućavaju da razumijemo druge. Baš kao što naše sopstvene emocije pružaju dragocjene informacije drugima, tako i emocionalni izrazi onih koji nas okružuju daju nam obilje društvenih informacija. Omogućuju nam da reagujemo na odgovarajući način i izgradimo dublje, smislenije odnose sa našim prijateljima, porodicom i voljenima. Na potpuno isti način, razumijevanje emocionalnih ispoljavanja drugih daje nam jasne informacije o tome kako ćemo možda trebati da reagujemo u određenoj situaciji.

Stoga članovi grupe vole da dožive pozitivne emocije, kao što su *ponos i poštovanje zasnovani na grupi, i grupna nada*. Suprotno tome, neprijatne emocije, poput *grupne krivice*, često se izbjegavaju (Vohl i drugi 2006). Članovi grupe su često motivisani da podrže ostvarivanje ciljeva drugih članova grupe sa nadom da uspjeh u postizanju tih ciljeva može dovesti do ostvarenja kolektivnih ciljeva.

Strategije za regulaciju grupnih emocija

Jedna specifična karakteristika emocija zasnovanih na grupi, koja zasluhuje posebnu pažnju, jeste tendencija članova grupe da regulišu emocije drugih članova grupe, mijenjajući na taj način svoju percepciju i postupke u vezi sa situacijom grupe. Stoga, posmatrajući svaku strategiju, pokušavamo da razlikujemo **unutrašnju regulaciju emocija** (tj. kada pojedinci regulišu sopstvene emocije zasnovane na grupi) i **vanjsku regulaciju emocija** (kada pojedinci regulišu emocije drugih članova grupe).

Postoje dva glavna konteksta u kojima je regulacija članova van grupe posebno važna: *međugrupni sukobi i međugrupna pomirenja* (Halperin, Cohen-Chen i Goldenberg, 2014). U oba konteksta, grupna interakcija je u velikoj mjeri zavisna od emocija koje doživljavaju i izazivaju (ili regulišu) jedna drugu. U međugrupnim sukobima, glavni cilj je popraviti ranije postojeće emocije koje

moгу poboljšati strateški položaj u grupi, kao što su van-grupni strah, očaj i sramota. Regulacija grupnih emocija igra veoma važnu ulogu ne samo u olakšavanju napretka kolektivnih ciljeva, već i u definisanju odnosa između članova grupe i njihove grupe.

JEDINICA 2. INDIVIDUALNE (LIČNE) I GRUPNE RAZLIKE I INTERAKCIJE. EDUKACIJA VRIJEDNOSTI ČLANOVA GRUPE

JEDINICA 2.1. INDIVIDUALNE - (LIČNOST) I SPORTSKO-GRUPNE RAZLIKE I INTERAKCIJE

Mnoge definicije grupe (sportske grupe) treba da se kombinuju u jednu, u skladu sa individualnim potrebama osobe u grupi, i može se formulisati na sljedeći način:

Grupa se sastoji od:

Dvije ili više osoba:

- 1) Koje se poznaju;
- 2) Direktno utiču jedni na druge;
- 3) Svjesni su pripadnosti datoj grupi;
- 4) Razumiju prednosti zavisnosti u postizanju zajedničkih ciljeva;
- 5) Slažu se o zajedničkim ciljevima.

Grupa nastaje kada dvoje ili više ljudi komuniciraju više od nekoliko trenutaka, utiču jedni na druge, sebe doživljavaju kao „mi“ (Myers, 2008).

Svaki član sportske grupe je pojedinac koji dolazi u grupu sa određenim potrebama, koje se manifestuju u različitim oblicima kod svakog čovjeka i zadovoljavaju se na različite načine. Svaki pojedinac ima svoje vrijednosti - opšte principe po kojima čovjek cijeni šta je loše i dobro, šta je njemu ili njoj važno a šta nije. Vrijednosti i stavovi se formiraju kroz obrazovanje, iskustvo, stalni su i teško se mijenjaju. Oni određuju i ljudske ciljeve i načine za postizanje tih ciljeva, vodeći ih u radu, komunikaciji i evaluaciji situacija.

Zašto se ljudi okupljaju u grupe?

Prije svega, ljudi *vole* da budu u grupi, među ostalim ljudima. Pojedinac se bolje osjeća u grupi, voli da upoznaje ljude u grupi (istomišljenike, sportske grupe i takozvane - *referentne grupe*).

Referentna grupa – to je grupa u kojoj osoba očekuje da bude prepoznata kao pojedinac s drugim ljudima čija su mišljenja isključivo njegova, te grupa čiji su ciljevi i norme njemu prihvatljivi (Sherif & Sherif, 1965).

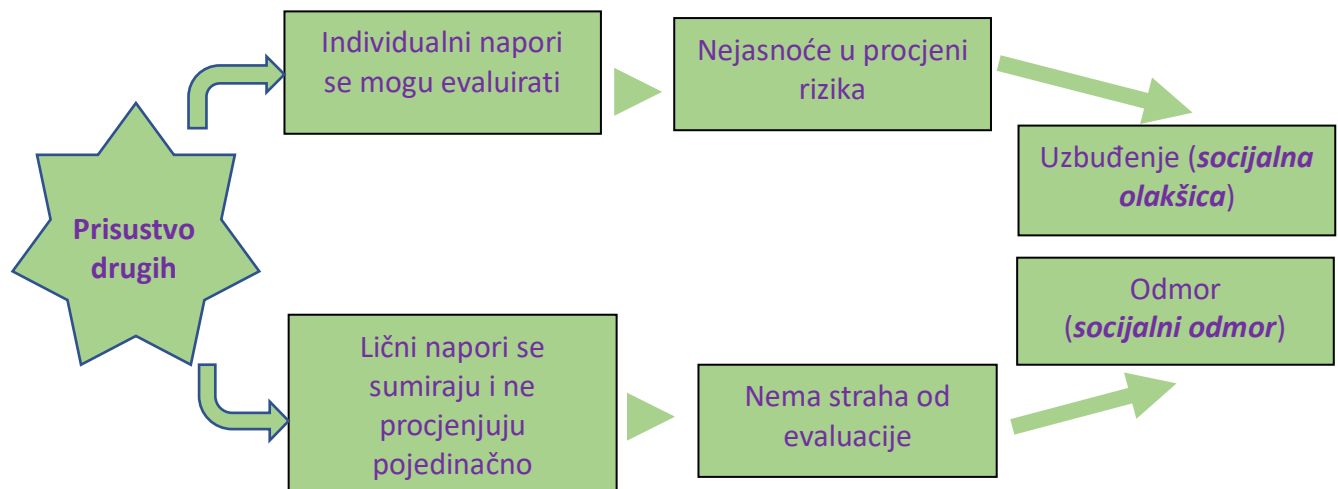
Pored toga, biti u grupama je produktivno kada se ljudi okupe u grupi radi *obavljanja određenih poslova ili zadataka* (npr. *sportska grupa, radna grupa*). Često se kombinuju lično zadovoljstvo i težnja ka zajedničkom cilju.

Glavni fenomeni u grupi (sportska grupa) su:

- Socijalna olakšica
- Socijalni odmor
- Depersonalizacija
- Konformizam

Socijalna olakšica nastaje kada ljudi traže lične ciljeve i kada se njihovi naponi mogu procijeniti pojedinačno. Fenomen socijalne olakšice pomaže u obavljanju manje teških zadataka i ometa izvršavanje složenih zadataka (Butler & Baumeister, 1998).

Kada ljudi ne moraju da osobu uzmu u obzir i ne mogu da procjene njen trud, odgovornost se raspodjeljuje među svim članovima grupe (Villiams, Jackson & Karau, 1992). Kada je pojedinac u grupi i strah od procjene opada, dolazi do **socijalnog odmora**. Jedan od načina da se probudi interes je omogućavanje mjerenja ličnog doprinosa svakog člana grupe.



Slika 2.2. Šema socijalnih olakšica i socijalnog odmora (Myers, 2008)

Članovi grupe su manje loši kad osjećaju da se njihovi prijatelji identifikuju sa grupom, a ne sa strancima (Karau i Williams, 1997). Članovi tima mogu i više uraditi ako postoji **važan cilj, potencijalna nagrada i snažan timski duh**.

Kad se ljudi pridruže nekoj grupi, čini se da ponekad *ostavljaju svoje ličnosti* i pojedinačne sklonosti iza sebe. Takva de-individualizacija ili depersonalizacija je naročito vjerovatna kada su ljudi u gomili, nose maskiranu odjeću ili kostime, osjećaju se anonimno. Kao rezultat toga, samosvijest i samokontrola slabe, a reakcija na novu situaciju raste, bilo pozitivna ili negativna. Depersonalizacija je manje izražena ako postoji snažna ljudska svijest.

Konformizam je prilagođavanje mišljenja i ponašanja normama grupe (Myers, 2008). *Nužno je održavati ravnotežu između Ja i Mi*, nezavisnost i privrženost, privatnost i zajedništvo, individualnost i socijalni identitet. Na primjer, sigurne, kohezivne grupe (kao što je porodica) se možda neće miješati u svačije mišljenje.

Uloge u sportskoj grupi. Uloga zahtjeva određeno ponašanje, i kada pojedinac preuzme ulogu - ili je prisiljen na nju - mora da primi potrebna ponašanja ili trpi odbacivanje od strane sportske grupe. Ovaj zahtjev za preuzimanje uloge izaziva efekat diskontinuiteta kod pojedinca - ispoljavanje ponašanja u sportskoj grupi koja nisu u skladu sa individualističkim sklonostima.

Uloga postoji, u prvom redu, zato što grupa (sportska skupina):

- zahtijeva da radnje koje obavlja nosilac uloge funkcionišu;
- zahtjevi se dijele/distribuiraju među članovima, jer ih jedna osoba ne može sve ispuniti; i
- ove su funkcije toliko bitne da grupa mora biti razumno sigurna da će ih neko obavljati.

Zbog kontinuiteta u zahtjevima sa kojima se grupe suočavaju u različitim situacijama - potreba za koordinacijom, za komunikacijom, za uticajem, za jedinstvom, za stabilnošću, za upravljanje sukobom - određene uloge su zajedničke u svim grupama; otuda nastaje kontinuitet u ulogama.

Ali uloge, kao osnovni koncept, nude objašnjenje za dvije najfascinantnije činjenice o ljudima u grupama.

Prvo, mnoge grupe koje djeluju u različitim okolnostima - djeca u igri, rukovodioci koji vode raspravu o toku akcije, porota koja donosi odluku o krivici, sportski tim koji se skupi prije igre - pokazuju određene različitosti u tipovima načinu ponašanja članova. Dosta je rečeno o naglašenoj sposobnosti pojedinaca da se usklade sa tuđim ponašanjem, a sigurno su i Asch i drugi pokazali da, da: ljudi će se pobrinuti da se njihova mišljenja podudaraju sa stavovima drugih u grupi.

Ali u organizovanim, dugoročnim grupama, ljudi se NE ponašaju slično jedni drugima. Oni se, u stvari, razlikuju od ostalih u grupi demonstrirajući određena ponašanja dosljedno - ponašanja koja ostali u grupi ne ispoljavaju. Vremenom će neko biti osoba kojoj je grupa dosadna. Neko će dosljedno držati grupu na zadatom kursu. Neko će biti harmonizator koji interveniše da bi umirio osjećanja grupe.

JEDINICA 2.2. VRIJEDNOSTI ČLANOVA SPORTSKE GRUPE (KOMUNIKACIJSKE VJEŠTINE, EMPATIJA, PODRŠKA, KOLABORACIJA) OBRAZOVANJE (KROZ RAZVOJ EMOCIONALNE INTELIGENCIJE)

Glavni pokazatelji koji opisuju *pozitivan odnos između članova tima i efikasnosti tima su* (Kerr i drugi., 2006; Xavier, 2005; Cox, 2011):

- komunikacija
- empatija
- podrška
- saradnja

Komunikacijske vještine - sposobnost da se efektivno i efikasno prenosimo informacije drugima (tipovi: verbalni, neverbalni). Komunikacijske vještine mogu se definisati kao skup vještina koje omogućavaju osobi da pravilno komunicira. Mi ih koristimo za govor, slušanje, čitanje i pisanje.

Empatija – sposobnost da podijelimo tuđa osjećanja ili iskustva zamišljajući kako bi bilo biti u situaciji te osobe (Cambridge English Dictionary).

Podrška – složiti se s nekim i nekoga ili nešto poticati jer želite da on ili ona uspije (Cambridge English Dictionary).

Saradnja je proces društvene interakcije, pri čemu nečija sposobnost uticaja na emocionalnu klimu i ponašanje drugih može snažno uticati na rezultate rada (Cox, 2011).

Emocionalna inteligencija znači znati šta osjećate i biti u stanju da se motivirate da završite posao. Otkriva šta drugi osjećaju i efikasno se bavi odnosima. Tada se smatra da je kompetencija za emocionalnu inteligenciju kao novi atribut liderstva sve važnija za sposobnost pojedinca da bude društveno efikasan, pa samim tim i umješniji u omogućavanju uspješnih rezultata kolaboracije (Kerr i drugi, 2006).

Emocionalna samosvijest je prepoznavanje naših emocija i njihovih efekata na nas i druge. To ne znači da emocionalno svjesna osoba mora da odvoji emocije od svojih postupaka, već da su one shvaćene i pod kontrolom.

To poboljšava nečiju sposobnost pokretanja i upravljanja promjenama. U okviru kolaborativnog tima, pozitivan stav, uključujući uticaj promjene na druge, doprinosi efikasnom upravljanju konfliktima i rješavanju neslaganja; tj. moći pregovarati, praviti kompromise i tražiti najbolje alternative koje daju pozitivne rezultate (Xavier, 2005).

Postoje četiri domene ili kompetencije emocionalne inteligencije, a znanje, svijest i primjena tih kompetencija pojedinca mogu poboljšati njegovu učinkovitost (Xavier, 2005).

To su (Cox, 2011):

- Samosvijest
- Samoupravljanje
- Društvena svijest
- Upravljanje odnosima

Klaster samosvijesti

Emocionalna samosvijest – prepoznavanje naših emocija i njihovih učinaka na nas i druge.

Tačna samo-ocjena – poznavanje svojih snaga, ograničenja i slabosti. Pojedinci može biti malo svjestan emocija drugih ako nema tačan pogled na svoje.

Samopouzdanje – snažno osjećanje vlastite vrijednosti i sposobnosti. Pojedinci kojima nedostaje samo-vrijednosti mogu se činiti slabima i nedostaju im nadahnuća. Samopouzdanje, ako je stvarno, može dovesti do poboljšane učinkovitosti vođe.

Klaster samoupravljanja

Adaptabilnost – fleksibilnost u suočavanju s promjenjivim situacijama.

Emocionalna samokontrola - inhibiranje emocija koje su u suprotnosti s organizacijskim normama.

Inicijativa – biti proaktivan i sa pristranosti prema akciji. Zauzimanje stava „mogu učiniti“ je zarazno.

Orijentacija prema dostignuću - težnja ka boljem, i treniranje drugih da dostignu svoje najviše potencijale.

Pouzdanost - sposobnost da se pokaže integritet i dosljednost emocijama i ponašanju.

Optimizam - pozitivan pogled na život i budućnost. Saradnici vjerovatno neće prihvatiti entuzijazam pesimističnog vođe ili člana tima.

Klaster društvene svijesti

Empatija - razumijevanje drugih i aktivno učešće u njihovim brigama. Učinkovite vođe i saradnici cijene ideje i budućnosti svojih članova tima.

Orijentacija na uslужnost - prepoznavanje i zadovoljavanje tuđih potreba. Pojedinci koji sebe smatraju resursom za svoj tim i nude se da pomognu u ispunjavanju ciljeva, zadobivaju poštovanje i prijateljstvo drugih.

Organizacijska svijest - smisleni odnosi s klijentima, unutar radnih timova i organizacije koja teže zajedničkom cilju.

Klaster upravljanja odnosima

Inspiracijsko vodstvo - nadahnjujuće i usmjeravajuće ponašanje. Biti uzor drugima, i intelektualno i emocionalno.

Razvoj drugih - pomaganje drugima da poboljšaju svoje performanse i dosegnu svoje najveće potencijale.

Katalizator promjena - pokretanje i upravljanje promjenama. Imati pozitivan stav uključujući uticaj koji promjena ima na druge.

Upravljanje sukobima - rješavanje neslaganja. Biti u stanju pregovarati, praviti kompromise i tražiti najbolje alternative za tim.

Uticaj - mogućnost da učinite da se drugi slažu s vama. Kompetentno izbjegavanje autokratskog diktata, a opet uticajnost u odlučivanju koje daje pozitivne rezultate.

Timski rad i saradnja - izgradnja odnosa s zajedničkom vizijom i sinergijom. Učinkoviti pojedinci konstruktivno rade s drugima i razumiju važnost usmjeravanja svojih kolaborativnih timova prema željenim rezultatima.

Ovi elementi, kako se govori u literaturi, predstavljaju suštinske faktore za koje dokazano da imaju direktan uticaj na **kvalitet saradnje** (Dalcher i drugi, 2010):

- Komunikacija - otvorena i efikasna razmjena informacija.
- Koordinacija - dijeljeni i zajednički ciljevi.
- Međusobna podrška - spremnost da jedni drugima pomažu i pokazivanje fleksibilnosti za to.
- Usklađeni napor - usklađivanje doprinosa sa očekivanjima i prioritetima
- Kohezija – postojanje kolaborativnog duha.

JEDINICA 3. EDUKACIJA ZA POTICANJE GRUPNE KOHEZIJE STVARAJUĆI POZITIVAN ODNOS MEĐU ČLANOVIMA GRUPE

JEDINICA 3.1. OBRAZOVANJE ZA POTICANJE GRUPNE KOHEZIJE

Grupna kohezivnost (koja se takođe naziva grupna kohezija i socijalna kohezija) nastaje kada veze povezuju članove društvene grupe i jedne sa drugima i sa grupom u cjelini. Iako je kohezija višeslojni proces, ona se može raščlaniti na četiri glavne komponente: društveni odnosi, odnosi sa zadacima, jedinstvo i emocije (Forsyth, 2010). Članovi snažno kohezivnih grupa skloniji su da spremno učestvuju i da ostanu u grupi.

Sile koje spajaju članove grupe mogu *biti pozitivne* (nagrade zasnovane na grupi) ili *negativne* (stvari izgubljene nakon napuštanja grupe).

Glavni faktori koji utiču na kohezivnost grupe su: **sličnost članova, veličina grupe, poteškoće sa ulaskom, uspjeh grupe i spoljna konkurencija i prijetnje**. Često, ovi faktori djeluju kroz jačanje identifikacije pojedinaca sa grupom kojoj pripadaju, kao i njihovih uvjerenja o tome kako grupa može ispuniti njihove lične potrebe.

Sličnost članova grupe ima različite uticaje na kohezivnost grupe u zavisnosti od načina definisanja ovog koncepta (Forsyth, 2010). Sličnosti pojedinaca u pozadini (npr. rasa, nacionalnost, zanimanje, starost), stavovi, vrijednosti i osobine ličnosti uglavnom imaju pozitivnu povezanost sa grupnom kohezivnošću.

Male grupe su kohezivnije od velikih. To je često uzrokovano socijalnim odmorima, teorija koja kaže da će pojedini članovi grupe uložiti manje truda, jer vjeruju da će drugi članovi nadoknaditi njihov nedostatak truda. Utvrđeno je da se socijalni odmor eliminiše kada članovi grupe vjeruju da su njihovi pojedinačni nastupi prepoznatljivi - što je mnogo više slučaj u manjim grupama.

Teški kriteriji ili procedure za ulazak u grupu imaju tendenciju da ih predstave u ekskluzivnijem svjetlu. Što je grupa elitnija, to je prestižnije biti član te grupe. Smanjenje disonancije može se dogoditi kada je osoba pretrpjela napornu inicijaciju u grupu; ako su neki aspekti grupe neprijatni, osoba može iskriviti percepciju grupe zbog poteškoće ulaska. Tako se vrijednost grupe povećava u umu člana grupe.

Grupna kohezija povezana je sa nizom **pozitivnih i negativnih posljedica** (Murphy, 1995).

Kohezija i motivacija članova tima ključni su faktori koji doprinose uspješnosti kompanije. Razvojem prilagodljivosti, samopoštovanja, lično-motivacijskog rasta, svaki član postaje sposoban da se osjeća samouvjereno i da napreduje u timu. Socijalni odmor je rjeđi kada postoji kohezija u timu, a motivacija svakog člana tima je znatno veća.

Većina meta-analiza pokazuje da postoji *povezanost između kohezije i performansi*. *Manje grupe imaju bolji odnos kohezije i performansi od većih grupa*. Carron (2002) je smatrao da su odnosi kohezije i performansi najjači u sportskim timovima i rangirao odnos prema ovom redoslijedu (od najjačih do najslabijih): sportski timovi, grupe koje se formiraju sa svrhom, grupe u eksperimentalnim okruženjima. *Grupe sa ciljevima visokih performansi su bile izuzetno produktivne*.

Zadovoljstvo člana. Članovi kohezivnih grupa su takođe optimističniji i manje pate od socijalnih problema nego oni koji nisu u kohezivnim grupama.

Emocionalno prilagođavanje. Kohezija može poboljšati grupno odlučivanje u doba stresa.

JEDINICA 3.2. FORMIRANJE POZITIVNOG ODNOSA MEĐU ČLANOVIMA GRUPE

Pravo na igru zaštićeno je Članom 31. Konvencije o pravima djeteta, kao i pravo na bavljenje sportom, a što je posebno sadržano u drugim međunarodnim ugovorima. Iz tih razloga i mnogih razloga koji slijede, UNICEF nastavlja da zagovara ovo pravo kao fundamentalno za zdravlje i rast djece svuda.

- Sport je moćan društveni alat koji okuplja ljude različitog etničkog, kulturnog, vjerskog, jezičnog i socio-ekonomskog porijekla.
- Sport igra važnu ulogu u poboljšanju fizičkog i mentalnog zdravlja i poticanju aktivnog građanstva i socijalne uključenosti.
- Sport je dobra početna tačka za promociju obrazovanja zasnovanog na životnim vještinama i zdravom načinu života, uključujući vrijednosti fizičke kondicije, pravilne ishrane i načina donošenja odluka koji pozitivno utiču na zdravlje.

Važnost sporta za djecu

Unapređenje fizičkog i mentalnog razvoja djece svakako je najvažniji doprinos sporta za djecu.

- Sport je veoma koristan i za djecu: baveći se sportom, djeca razvijaju fizičke vještine, vježbaju, sklapaju nova prijateljstva, zabavljaju se, uče da budu članovi tima, uče o fer igri, poboljšavaju svoje samopouzdanje itd.
- Unapređenje fizičkog i mentalnog razvoja djece svakako je najvažniji doprinos sportova, ali spisak vrijednosti koje vaše dijete može da nauči i stekne sportom se ne završava ovdje.
- Drugi pozitivni aspekti su brojni, što otkriva pravu ljepotu sporta.

Koje su koristi od sportova?

Većina roditelja želi podstaći djecu da se bave sportom kako bi im se pomoglo da se osjećaju cijenjena. Svako dijete može biti uspješno u jednom ili drugom sportu. Međutim, potrebno je vrijeme da roditelji pronađu sport pogodan za dijete. Stoga bi trebali biti strpljivi u odabiru sportova, jer je to proces koji će se dugoročno isplatiti. Nijedna druga stvar u životu ne pruža djeci takvu priliku da razviju pozitivne karakterne osobine i usvoje toliko kvalitetnih vrijednosti kao što to može sportska aktivnost.

Evo nekoliko koristi od bavljenja sportom:

- *Dječji karakter i moralni principi oblikuju se kroz fer igru.* Štoviše, djeca koja se aktivno bave sportom mogu biti dobri uzori svojim vršnjacima iz škole, susjedstva ili čak školskog hora, i nadahnuti ih da se također bave nekim sportom.
- *Bavljenje sportom omogućava im stvaranje prijateljskih odnosa koji se inače ne bi mogli uspostaviti.* Na primjer, prijateljstva koja profesionalni sportaši stvaraju na terenu ostaju netaknuta čak i kada se ne bave sportom i često traju cijeli život.
- *Sportske aktivnosti okupljaju ljude iz cijelog svijeta, bez obzira na njihovu nacionalnost, vjeru, kulturu ili etničku pripadnost.*
- *Timski rad i koristi društvene interakcije među djecom najbolje se vide u sportu.* Djeca uče da su dio tima koji zahtijeva isti napor svih članova da bi uspio, kao i kako pobijediti s klasom i izgubiti s dostojanstvom.
- *Takmičenja na terenu i van njega vide kao prilike da se nauče na njihovom uspjehu i neuspjehu.* Uz to, gubljenje često motiviše djecu da sljedeći put rade još teže.
- *Uče se poštivati autoritet, pravila, kolege u timu i protivnike.*
- *Sport je važno okruženje za učenje djece.* Brojna su istraživanja pokazala da djeca koja se bave sportom bolje rade u školi. Također se unutar sporta uspostavlja i razvija status među vršnjacima i prihvatanje vršnjaka.
- *Sportska iskustva pomažu u izgradnji pozitivnog samopoštovanja kod djece.*
- *Osim toga, bavljenje sportom može biti korisno za smanjenje stresa i povećanje osjećaja tjelesnog i mentalnog blagostanja, kao i borbu protiv prestupništva maloljetnika, sukoba i agresivnih ispada.*
- *Sport nije privilegija bogatih ljudi.* U manje bogatim dijelovima svijeta možete vidjeti djecu kako trče za ručno izrađenom loptom po prašnjavim ulicama ili trče na putu od kuće do škole i natrag. I za njih je sport neiscrpan izvor inspiracije i sreće.
- *Dok je dijete uključeno u sportske aktivnosti, ono se nalazi u svijetu u kojem čovjek može biti najbolji što može biti.* Uključena su sva djetetova osjetila, lokomotorni sistem i intelektualni kapaciteti. Bavljenjem sportom vaše dijete neće postati samo jače fizički, već i psihički. Najbolje od svega, dijete će naučiti kako savladati sve prepreke i izazove koji će mu se pojaviti na putu. Nije li to sve što trebamo?

Nadalje, važno je omogućiti djetetu da otkriva i istražuje i druge zanimljivosti osim sporta, kako se ne bi gušilo u vašem neprestanom prigovaranju o tome koliko je sport dobar za njih. Neka vide vrijednosti sporta sami za sebe. Znajte da je suština sporta ujediniti sve ljude širom svijeta, bez obzira na socijalnu pozadinu, njihov finansijski status i zemlju iz koje dolaze.

Tabela 2.1. Pozitivni i negativni uticaji sporta na mlade sportaše. Uticaj sporta za mlade (Merkel, 2013)

Pozitivni	Negativni
Fizički - o Povećana fizička aktivnost - o Poboljšana kondicija - o Doživotne fizičke, emocionalne i zdravstvene koristi - o Smanjeni rizik od pretilosti - o Minimalizuje razvoj hronične bolesti - o Poboljšava zdravlje - o Poboljšava motoričke vještine	Fizički - o Povrede - o Needukovani treneri - o Nedosljedne mjere opreza - o Nedostatak sportske nauke koja utiče na politiku i praksu
Psihološki - o Smanjuje depresiju - o Smanjuje samoubilačke misli - o Smanjuje rizična ponašanja koja utiču na zdravlje - o Povećava pozitivno ponašanje kod tinejdžera - o Razvija osnovne motoričke vještine - o Poboljšava koncept samospoznaje/ samo-vrijednosti	Psihološki - o Povećava stres da budete elitni igrač - o Visoka stopa istrošenosti - o Previše konkurentno - o Neprimjerena očekivanja za dobijanja stipendija / postizanja profesionalne karijere
Socijalni - o Poboljšava socijalne vještine - o Pruža životne lekcije - o Poboljšava pozitivno socijalno ponašanje - o Poboljšava vještine upravljanja vremenom - o Poboljšava školska postignuća - o Pomaže u razvijanju strasti i postavljanja ciljeva - o Poboljšava karakter	Socijalni - o Nedosljedno finansiranje za osiguranje odgovarajuće bezbjedonosne opreme, mjesta i ravnopravnog učešća - o Rashodi - o Nejednakost u grupama (socioekonomska, etnička, geografska, spolna)

Tabela 2.2. Pozitivan i negativan utjecaj sporta na mlade sportaše. Budućnost sporta za mlade: predložene promjene za pozitivne rezultate (Merkel, 2013)

Društvo	Roditelji	Treneri
• Osposobljavanje trenera • Osiguravanje sportske sigurnosti • Povećati finansiranje - o Edukacija o sigurnosti za trenere - o Poboljšane politike i procedure - o Povećano učešće podcijenjenih grupa – Veća dostupnost objekata i terena – Pravilna sigurnosna oprema • Pravila i propisi vođeni naukom • Treninzi prije učešća	• Pozitivno roditeljstvo kroz odgovarajuće pohvale i naglasak na zabavi više nego na pobjedi • Fokus na ciljevima sticanja vještina • Pozitivno poticanje prije, za vrijeme i nakon igara i treninga • Podsticati željena ponašanja - o Sportsko ponašanje - o Tačnost - o Pripremljenost (npr. pravilna odjeća, oprema, hidratacija)	• Naglasite zabavu • Smanjiti naglašavanje važnosti pobjede • Pohvale tima i pojedinaca • Veći naglasak na fizičkoj aktivnosti od ovladavanja vještinama • Steći edukaciju o treniranju mladih sportaša • Dati uputstva koja odgovaraju starosnoj dobi • Steći znanje o sportu i pravilima • Steći osnovna znanja o principima snage, kondicije, ishrane i sportske sigurnosti • Prepoznavanje povrede / prva pomoć, uključujući vrućicu i potres mozga

PITANJA SAMOKONTROLE

Objasnite, kako se formiraju sportske grupe, koji su njihovi osnovni principi djelovanja?
Opišite kako se odvijaju ovi procesi (cilj, donošenje odluka, sukob, upravljanje emocijama) u sportskoj grupi?
Komentarišite koje su vrijednosti sportske grupe najvažnije za postizanje zajedničkih ciljeva?
Razmislite o tome kako se mogu utvrditi bliski odnosi unutar sportske grupe?

ODJELJAK O ZNANJU / STUDIJSKI ZADACI

STUDIJA SLUČAJA

Opišite postojeći problem ili osmislite svoj primjer problema u sportskoj grupi / timu koji uključuje agresivno ponašanje djeteta (nasilje, maltretiranje)

Identifikujte dva do tri moguća uzroka i opišite složenost problema koji uključuje dječje agresivno ponašanje (nasilje, maltretiranje)

Kreirajte aktivnu igru za sportsku grupu / tim kroz koju bi se problem mogao djelomično riješiti:

- Naziv igre;
- Pravila igre;
- Varijacije igre (primjer: sa / bez lopte itd.);
- Opišite kako igra može da riješi problem;
- Nacrtajte šemu igre (ako je moguće).

Pismeni rad (do 3 stranice; rad mora biti upisan sa 1,5 razmaka i fontom od 12 pt sa 3 cm margine na lijevoj strani i 1,5 cm na desnoj strani, 2,5 cm margine na vrhu i na dnu stranice.

REFERENCE

- Carron A. V. & Spink, K.S. (1995). Kohezijski odnos grupe i veličine u minimalnim grupama. *Istraživanje male grupe*, 26 (1): 86–105.
- Cox, J.D. (2011). Emocionalna inteligencija i njena uloga u saradnji. Godišnja konferencija ASBBS: Las Vegas, *Zbornik radova ASBBS*, 18(1).
- Dalcher, D., Dietrich, P., Eskerod, P., & Sandhawalia, B. (2010). Dinamika saradnje u više partnerskim projektima. *Project Management Journal*, 41(4), 59–78.
- Forsyth, D. R. (2010). *Dinamika grupe*, Peto izdanje. Belmont, CA: Wadsworth, Cengage Learning.
- Forsyth, D.R. (2010). *Komponente kohezije*. Dinamika grupe. Wadsworth: Cengage Learning. str. 118–122.
- Gross, J. J., & Thompson, R. A. (2007). *Regulacija emocija: konceptualni temelji*. In J. J. Gross (Ur.), Priručnik o regulaciji emocija. (str. 3–24). New York, NY: Guilford Press.
- Halperin, E., Cohen-Chen, S., & Goldenberg, A. (2014). Indirektna regulacija emocija u nerješivim sukobima: novi pristup rješavanju sukoba. *European Review of Social Psychology*, 25(1), 1–31.
- Hargie, O. (2011). *Vješta međuljudska interakcija: istraživanje, teorija i praksa*. London: Routledge, 456.

- Holt, N.L. & Sparkes, A.C. (2001). Etnografska studija kohezivnosti u fudbalskom timu koledža tokom jedne sezone. *The Sport Psychologist/Sportski psiholog*, Svezak: 15 Izdanje: 3 Pages:237–259.
<http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.393.652&rep=rep1&type=pdf>
- Karau, S. J., & Williams, K. D. (1997). Efekti grupne kohezivnosti na socijalni odmor i kompenzaciju. *Dinamika grupe: Teorija, istraživanje i praksa*, 156–168.
- Kerr, R., Garvin, J., Heaton, N., & Boyle, E. (2006). Emocionalna inteligencija i efikasnost liderstva. *Časopis za liderstvo i razvoj organizacije/Leadership and Organization Development Journal*, 27(4), 265–279.
- Merkel, D. L. (2013). Pozitivan i negativan uticaj sporta na mlade sportaše, *Open Access Journal of Sports Medicine*, 4, 151–160.
- Murphy, S. M. (1995). Shane M. Murphy, izdanje. *Intervencije sportske psihologije/Sport Psychology Interventions*. str. 154–157.
- Myers, D. (2008). *Socijalna psihologija*. McGraw-Hill.
- Sherif M. & Sherif C. W. (1965). Unutargrupni i međugrupni odnosi. Poglavlje 19 u James O. Whittaker (Ed.), *Uvod u psihologiju*. Philadelphia: Saunders.
- Weinberg R. S., & Gould, D. (2015). *Temelji sporta i psihologije vježbanja* (6. izdanje.). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Wohl, M. J., Branscombe, N. R., & Klar, Y. (2006). Kolektivna krivnja: emocionalne reakcije kada je neka grupa pogriješila ili bila u krivu. *Evropski pregled socijalne psihologije/European Review of Social Psychology*, 17(1), 1–37.
- Xavier, S. (2005). Jeste li na vrhu svoje igre? Popis za učinkovite vođe. *Časopis za poslovnu strategiju/Journal of Business Strategy*, 28(3), 35–42.
https://www.unicef.org/sports/index_23624.html
<https://unicefkidpower.org/fun-sports-activities-games-resources-kids/>



Sport Against Violence and Exclusion

III. RAZVIJANJE ODNOSA IZMEĐU PORODICE I TRENERA ZASNOVANOG NA POVJERENJU I RECIPROCITETU

III. RAZVIJANJE ODNOSA IZMEĐU PORODICE I TRENERA ZASNOVANOG NA POVJERENJU I RECIPROCITETU

AUTORI: Dženana Husremović, Dr. nauka; Remzija Šetić, Dr. nauka; Izet Rađo, Dr. nauka; Dino Mujkić, Dr. nauka; Aela Ajdinović, Magistrica

SADRŽAJ

JEDINICA 1. SARADNJA RODITELJA I TRENERA KAO STUB U ŽIVOTU MLADIH SPORTAŠA	
JEDINICA 1.1. STILOVI RODITELJSTVA I MOTIVACIJA RODITELJA	
JEDINICA 1.2. TRENIRANJE KAO EMOCIONALNI NAPOR	
JEDINICA 1.3. SASTANAK TRENERA I RODITELJA	
JEDINICA 2 KOMUNIKACIJA - AKTIVNO SLUŠANJE I POVRATNE INFORMACIJE	
JEDINICA 2.1. AKTIVNO SLUŠANJE	
JEDINICA 2.2. UČINKOVITE POVRATNE INFORMACIJE	
JEDINICA 3 RJEŠAVANJE SUKOBA	
PITANJA SAMOKONTROLE	
ODJELJAK O ZNANJU / STUDIJSKI ZADACI	
REFERENCE.....	

OPIS

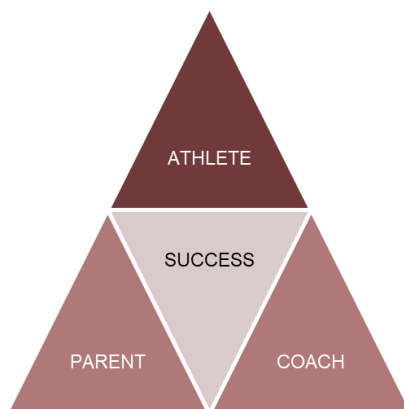
Ova je tema posvećena povećanju razumijevanja roditeljske motivacije i stilova roditeljstva, te razvoju vještina za komunikaciju o očekivanjima i obavezama roditelja i trenera i izradu Pravila ponašanja.

JEDINICA 1 SARADNJA RODITELJA I TRENERA KAO STUB U ŽIVOTU MLADIH SPORTAŠA

JEDINICA 1.1. STILOVI RODITELJSTVA I MOTIVACIJA RODITELJA

U današnje vrijeme veliki broj djece i mladih učestvuje u različitim sportskim aktivnostima, a sam sport uveliko utiče na njihov život. Prema Smoll-u, Cumming-u i Smith-u (2011), procjenjuje se da 60,3 miliona djece u dobi od 6 do 18 godina, koja žive u SAD-u, učestvuje u sportovima kao što su Bejzbol male lige, Američka omladinska fudbalska organizacija i Klubovima za djevojčice i dječake. Pored toga, oko 70,5 miliona mladih učestvuje u sportskim aktivnostima u srednjim školama. Sport u modernom dobu postao je pristupačniji. Savremen način komunikacije i brz pristup informacijama omogućavaju djeci i roditeljima da nauče mnogo o sportu i da se informišu o sportskim aktivnostima koje dijete želi da preduzme. Pored toga, moderan način života i izloženost virtualnom svetu nudi mnoštvo mogućnosti i novih aktivnosti. Badrić i Prskalo (2011) navode da se interes mladih za sportske aktivnosti svrstava na drugo ili treće mjesto, dok su aktivnosti za koje nije potrebna nikakva fizička aktivnost na prvom mjestu. Autori zaključuju da djeca i mladi generalno radije postižu zadovoljstvo i radost kroz aktivnost koja ne zahtijeva fizički napor. Zbog toga treneri moraju više raditi kako bi predstavili sport i treninge kao nešto zanimljivo za djecu i na taj način ih potakli na bavljenje sportom. Potrebno je mnogo znanja i truda trenera da bi se osmislili zanimljivi treninzi prilagođeni djeci. S druge strane, roditelji prate cjelokupnu situaciju i formiraju velika očekivanja i od djeteta i od trenera, jer sport danas nudi mnogo više od zabave, rekreacije i zdravog načina života. To je šansa za veliki profit.

Zbog velikog uticaja roditelja koji sportski uspjeh nameću djeci, naučne studije tom problemu posvećuju puno više pažnje. Sportski uspjeh djeteta (Smoll, Cumming i Smith, 2011) može se prikazati kao trokut odnosa: trener - sportaš - roditelj (Slika 1). Da bi se uspostavila kvalitetna saradnja, potrebno je podići svijest o potrebi da svi zainteresovani imaju na umu istu perspektivu, a to je korist djeteta i njegov adekvatan mentalni i fizički rast. Iz tog razloga, od suštinskog je značaja da se prihvati da djeca gledaju na roditelje kao uzore, uče o ključnim životnim vrijednostima, kako da se ponašaju prema vršnjacima i trenerima, kako da komuniciraju, nose se sa razočaranjem, kao i uče o pobjedi i porazu, o samokontroli i kako donositi odluke. Treneri, sa druge strane, pokušavaju da usmjere zabrinutost roditelja ka podizanju pozitivnog sportskog iskustva i uspostavljanju efikasne saradnje sa roditeljima. Treneri su ti koji bi trebali staviti dodatni fokus na razumijevanje razlika između omladinskih i profesionalnih sportskih modela.



Slika 3.1. Trokut odnosa: trener - sportaš - roditelj

Učešće mladih u sportskim aktivnostima nudi mogućnosti rasta fizičkih, mentalnih i socijalnih karakteristika djeteta i mladih uopšte. Sport se može shvatiti kao dio društva, i to je oblast u kojoj čovjek stiče sposobnosti da se nosi sa životnim izazovima. Profesionalni sport, naprotiv, eksplicitno je komercijalno orijentisan. Finansijski uspjeh je od primarne važnosti i značajno ovisi o konačnom rezultatu, tj. pobjedi. Stoga je profesionalni sport vrlo cijenjen i privlači znatno veći interes nego prije. Problem nastaje kada odrasli pogrešno nameću svoj profesionalni model onome što bi moralo biti rekreacijsko i edukacijsko iskustvo za mlade - tzv. „profesionalizacija“ sporta za mlade (Smoll, Cumming i Smith, 2011).

Sasvim je jasno da su roditelji važni u razvoju mladih sportaša. Vjerujemo da svaki roditelj treba i ima najbolje interese na umu, ali sasvim je jasno kada nastaju problemi. Ono što roditelje razlikuje jedne od drugih je njihov roditeljski stil (Smoll, Cumming i Smith, 2011). Kako razlikovati različite stilove roditeljstva?

Nezainteresovani roditelji karakterišu se u situaciji kada djeci nedostaju aktivnosti koje su im važne. Imaju vrlo male zahtjeve, slabu kontrolu i nema topline i podrške. Važno je da trener prepozna ovaj stil roditeljstva i pokuša da uradi nešto tako da uspostavi bolji odnos između djeteta i roditelja. Tabela 3.1. predstavlja smjernice za trenere.

Tabela 3.1. Kako prepoznati da su roditelji nezainteresovani i šta uraditi u ovom slučaju

Kako prepoznati?	Šta uraditi po tom pitanju?
Odsutni sa događanja i roditeljskih sastanaka	Razgovarajte s roditeljem i saznajte razloge, nemojte pretpostavljati
Zaboravni	Objasnite im vrijednost sporta
Ne pružaju podršku	Pokažite istinsko zanimanje i podršku za svoje dijete

Roditelji koji su pretjerano kritični okarakterisani su kao prenametljivi, hladni, uspostavljaju čvrsta pravila i često kažnjavaju dijete (čak i fizički), uspostavljajući tako jednosmjernu komunikaciju. Ovi roditelji često neuspjeh djeteta povezuju sa vlastitim. Kako to prepoznati i šta treba uraditi u ovom slučaju prikazano je u Tabeli 3.2.

Tabela 3.2. Kako prepoznati roditelja koji je pretjerano kritičan

Kako prepoznati?	Šta uraditi po tom pitanju?
Ruže djecu	Objasnite važnost pohvale za dječje samopoštovanje
Nikada nisu dovoljno zadovoljni sa njihovim postignućima	Naglasite negativne posljedice stalne kritike na uspješnost djeteta
Više zainteresovani za sport nego za dijete	Pokažite svojim primjerom kako motivisati i uputiti dijete

Roditelji koji vrište iza klupe su roditelji čiji se jaki glas lako razlikuje od ostalih. Najčešće će sjesti iza klupe, previše razgovarati i ciljati na sve svojim kritikama i napadima. Kako ih prepoznati i što treba učiniti u ovom slučaju prikazano je u Tabeli 3.3.

Tabela 3.3. Kako prepoznati i što učiniti u slučaju roditelja koji vrišti iza klupe

Kako prepoznati?	Šta uraditi po tom pitanju?
Sjede direktno iza klupe i vrište	Ne raspravljajte se tokom takmičenja
Glasniji su od trenera	Tokom pauze, recite im direktno da daju loše primjere ponašanja
Verbalno nasilno prema ekipi, trenerima, protivnicima itd.	Dajte im neki zadatak (da vode statistiku, paze na opremu) - nešto što će ih zaokupiti

Sporedni treneri su roditelji koji preuzimaju ulogu trenera. Oni se ne ustručavaju da daju savjete trenerima, pa čak i savjetuju sportaše tokom takmičenja. Ovaj stil često stvara problem trenerima, jer roditelji žele da nametnu autoritet svakom sportašu i prisiljavaju sportaše da ih slušaju umjesto svog trenera. Šta uraditi u situaciji u kojoj naiđete na ovaj tip roditeljskog stila opisano je u Tabeli 3.4.

Table 3.4. Kako prepoznati i što učiniti kada imate roditelja koji je sporedni trener

Kako prepoznati?	Šta uraditi po tom pitanju?
Daju sugestije djetetu	Ne raspravljajte o tome tokom meča
Ometaju trenera u radu	Nakon meča i tokom roditeljskih sastanaka kažite im kako je zbunjujuće njihovo ponašanje
Očekuju da ih dijete više sluša nego trenera	Recite sportašima da treba da slušaju upute trenera

	Ako je moguće, zamolite roditelje da budu ili treneri ili posmatrači
--	--

Pretjerano zaštitni roditelji su roditelji koji su uvijek zabrinuti, oprezni prema svakom potezu koji njihovo dijete napravi. Njihov najveći strah je da će se njihovo dijete povrijediti, a ovi roditelji su najčešće majke. Ova specifična situacija opisana je u Tabeli 3.5.

Tabela 3.5. Kako prepoznati i što učiniti kada imate roditelja koji je pretjerano zaštitni roditelj

Kako prepoznati?	Šta uraditi po tom pitanju?
Zabrinuti pogledi i komentari	Porazgovarajte sa njima o njihovom strahu od povreda
Prijete da će povući dijete iz igre	Objasnite sigurnosna pravila
Previše se brinu o dobrobiti djeteta	Recite im da su i gubici i pobjede sastavni dio igre

S obzirom da je cilj roditelja i trenera isti, a to je dobrobit djeteta i adekvatan mentalni i fizički rast, da bi se postigao ovaj cilj, neophodna je dobro uspostavljena povezanost. Dobar odnos roditelja i trenera važan je faktor u stvaranju motivacijske atmosfere za učenje i poboljšanje u sportu.

Kvalitetni odnos može rezultirati dragocjenim informacijama o djetetu, njegovoj/njenoj okolini i sve to umanjuje broj nesporazuma. Da biste imali dobre odnose sa roditeljima, bez obzira na njihov stil, pokušajte da od njih dobijete pozitivne odgovore na sljedećih 5 pitanja:

- 1 Možete li dijeliti svog sina ili kćerku sa trenerom (znači: da li možete da vjerujete treneru i prihvatate li njegov autoritet?)
- 2 Možete li prihvatiti dječje razočaranje?
- 3 Da li možete da pokažete samokontrolu pred djetetom?
- 4 Možete li posvetiti malo vremena dječjem sportu?
- 5 Možete li dozvoliti vašem djetetu da donosi svoje sopstvene odluke?

Ako roditelj (bilo kojeg roditeljskog stila) može shvatiti značaj odgovora "da", bit će mnogo lakše surađivati i komunicirati s njima.

I na kraju, prema Gould-u, Dieffenbach-u, Moffett-u (2002), karakteristike roditelja čija su djeca nosioci olimpijskih medalja su:

- 1 Posvećeni su svom djetetu
- 2 Služe kao model aktivnog života
- 3 Izlažu svoju djecu različitim sportovima
- 4 Oni traže upornost i disciplinu
- 5 Oni podstiču njihovo učešće i ne fokusiraju se na pobjedu
- 6 Podstiču optimizam (sa stavom „možeš ti to“)
- 7 Oni brinu o prevozu svog djeteta

- 8 Dolaze na treninge i takmičenja
- 9 Podržavaju i ohrabruju svoje dijete

JEDINICA 1.2. TRENIRANJE KAO EMOCIONALNI NAPOR

Kao što je opšte poznato, treneri nisu samo most između znanja i sportaša, oni su neko ko vodi računa o svom sportašu. U svom radu pokušavaju da kontrolišu emocije koje se tiču sportaša i roditelja. Trening nije samo podučavanje; to je trenutak kada treneri prenose svoju strast prema učenju i interes za ono što podučavaju.

Prema Maolin Ye i Ye Chen (2015), učitelj, i moglo bi se reći trener, trebao bi imati četiri kvalitete: pozitivan interes prema učenicima unutar i izvan učionice, strpljenje u komunikaciji s roditeljima učenika, dobro funkcionisanje s kolegama i poštivanje vodstva. Stoga se od trenera očekuje da ima pozitivan životni stav i da dobro kontroliše svoje vlastite emocije, jer biti trener nije samo fizička aktivnost; to je ujedno i veliki emotivni napor.

Sve društvene uloge su definisane pravilima. Stoga postoje pravila koja regulišu rad trenera. Treneri trebaju slijediti opšta pravila koja su odnose na učitelje. Kao što su naveli Winograd (2003, Maolin Ye i Ye Chen, 2015), nastavnici bi trebali ispoljavati emocije poput: 1) brige o svojim učenicima i entuzijazma; 2) pokazivanja velikog uzbuđenja i strasti prema znanju; 3) pokušavanja izbjegavanja pokazivanja ekstremnih emocija u razredu (bijes, tuga, pretjerana radost); 4) ljubavi prema svom poslu; 5) bavljenja vlastitim greškama i greškama učenika, uz šaljiv pristup.

Emocije možemo pokazati kada radimo (Maolin Ye i Ye Chen, 2015), ali kao površinsko djelovanje, dubinsko djelovanje i prirodni izraz osjećaja.

Površinsko djelovanje se dešava kada su naša unutrašnja osjećanja različita od naših demonstriranih površinskih emocija. U tim situacijama neko pokazuje emocionalno stanje koje se očekuje. Na primjer, pohvaljujemo svako dijete sa istim entuzijazmom za isti učinak, ali to ne znači da ih sve doživljavamo i isto.

Dubinsko djelovanje uključuje situacije kada su pojedinačna osjećanja i zahtjevi za izražavanje emocija nedosljedni. Osoba mijenja unutrašnje emocije tako da unutrašnji osjećaj harmonizuje sa potrebnom emocionalnom ekspresijom. Na primjer, kada sportaš dijeli svoje brige, pokušavamo da stvarno osjetimo kako se osjećaju kako bi pružili pomoć i savjet.

Prirodni izraz osjećaja povezan je sa istinskim izrazom onoga što osjećamo, tako da postoji konzistentnost između onoga što osjećamo i onoga što izrazimo. Izražavamo svoje emocije kakve jesu.

Na kraju, možemo zaključiti da, prema istraživanjima Ye i Chen (2015), površinsko djelovanje povećava emocionalnu iscrpljenost i smanjuje zadovoljstvo u radu, dok dubinsko djelovanje i prirodni izraz osjećaja smanjuju iscrpljenost i povećavaju zadovoljstvo u poslu. Posebnu pažnju treba posvetiti ličnim osjećanjima kako biste zaštitili svoje mentalno zdravlje.

JEDINICA 1.3. SASTANAK TRENERA I RODITELJA

Ključ uspješne saradnje sa roditeljima je planiranje roditeljskog sastanka prije početka sezone. Da bi sastanak bio uspješan, potrebno je unaprijed isplanirati svrhu sastanka i sam sastanak. Posebno je važno ovaj sastanak iskoristiti kao prevenciju za moguće probleme tokom sezone. Jednostavno

rečeno, održavanje roditeljskog sastanka vrijedi truda i vremena kako bi se osigurala potrebna podrška i djetetu i treneru.

Svrha sastanka trenera i roditelja je:

- a) Da poboljšaju roditeljsko razumijevanje mladih sportaša;
- b) Da steknu roditeljsku saradnju i podršku.

Sasvim je čest slučaj da treneri oklijevaju u organizaciji roditeljskog sastanka, jer se osjećaju nesigurno u vođenju grupe odraslih. Ljudi po svojoj prirodi ne žele raditi stvari za koje su nekvalifikovani ili nemaju prethodno iskustvo. Treneri koji održavaju sastanke tvrde da to nije stečeno iskustvo, te navode niz prednosti tih sastanaka kao dobro ulaganje. Pri planiranju sastanaka potrebno ih je planirati što ranije i prije početka sezone; trebaju biti jednostavni, dobro pripremljeni i organizovani, s jasnim planom. Susret bi trebao biti organizovan bez prisustva sportaša (Smoll, Cumming i Smith, 2011).

Sljedeći je predloženi sadržaj sastanka:

- 1 Otvaranje
 - Zahvala na njihovom prisustvu i interesovanju
 - Predstavite sebe i svoj tim; roditeljima dati pozadinske informacije
- 2 Ciljevi – koje ciljeve i vrijednosti želite postići
- 3 Detalji programa
 - Oprema za trening
 - Raspored treninga
 - Glavna pravila i smjernice
 - Posebna pravila za nivo stručnosti i nivo takmičenja
 - Medicinska pitanja (ljekarski pregled itd.)
 - Osiguranje
 - Komunikacioni sistem
 - Ostali događaji
- 4 Uloga trenera
 - Koje su osnovne odgovornosti trenera
- 5 Uloga roditelja
 - Odgovornosti i ograničenja roditelja
- 6 Odnos trener-roditelj
 - Vrijeme sastanaka, važnost dvosmjerne komunikacije
- 7 Zatvaranje sastanka
 - Pitanja roditelja

Predsezonski sastanak sa roditeljima može se koristiti za prenošenje informacija o ulogama i očekivanjima i, što je najvažnije, da se uspostavi međusobno razumijevanje. Važno je saznati šta roditelji

očekuju i šta oni doživljavaju kao svoju odgovornost, jer je to jedini način formulisanja pravila ponašanja.

Na predsezonskom sastanku:

- 1 Zatražite od svih roditelja da napišu sve što misle da je kraj rečenice (poželjno je više odgovora):
 - Kao roditelj očekujem od trenera da...
 - Kao roditelj odgovoran sam za...
- 2 I sami uradite isti zadatak:
 - Kao trener očekujem od roditelja da...
 - Kao trener odgovoran sam za...
- 3 Prikupite odgovore, analizirajte ih sa roditeljima i napravite listu očekivanja i odgovornosti obje strane koje učestvuju
 - Ako ima previše roditelja, zamolite ih da dođu na sastanak sa svojim odgovorima ili im dajte da to urade kao domaći zadatak
- 4 Sklopite dogovor s njima o pravilima ponašanja

Preporučuje se vježba na prvom sastanku roditelja i sastavljanje zajedničke liste odgovornosti i očekivanja.

JEDINICA 2. KOMUNIKACIJA - AKTIVNO SLUŠANJE I POVRATNE INFORMACIJE

JEDINICA 2.1. AKTIVNO SLUŠANJE

Šta je aktivno slušanje?

Aktivno slušanje usmjerava vašu pažnju na ono što osoba govori i osjeća, zajedno sa davanjem pravih povratnih informacija pomoću riječi, tako da razumijete poruku koja je usmjerena prema vama (riječi i osjećanja). Vaš cilj kao aktivnog slušaoca je zaista da razumijete osobu koja razgovara sa vama, zajedno sa njihovom perspektivom (bez obzira da li se slažete ili ne) i da to razumijevanje demonstrirate govorniku, kako biste potvrdili da ste pravilno razumjeli. Aktivno slušanje sprječava nesporazume, poštuje stavove, mišljenja i osjećaje drugih, a sagovornik se u takvom razgovoru osjeća prijatno.

Šta nije aktivno slušanje?

Kako želimo da razvijemo aktivno slušanje, trebalo bi da znamo šta aktivno slušanje nije:

- Pseudo slušanje - kada se pretvaramo da slušamo, ali to stvarno ne radimo;
- Jednoslojno slušanje - kada čujemo samo verbalni dio poruke, i ne obraćamo pažnju na konotaciju;
- Selektivno slušanje - čujemo samo ono što želimo i što nas zanima;
- Selektivno odbacivanje - čujemo sve, ali odbacujemo ono što nam se ne sviđa;
- Otimanje riječi - slušalac sluša samo onoliko koliko može kako bi ugrabio priliku da sam/sama govori;
- Odbrambeno slušanje - slušalac je emotivan;
- Slušanje iz zasjede - slušanje kako bi se napao govornik.

Empatija i aktivno slušanje

Aktivno slušanje prilika je da izrazimo našu empatiju. To znači da drugima dajemo do znanja da im šaljemo poruku:

- „Razumijem šta govorite.“
- „Zanima me i stalo mi je.“
- „Prihvatam vas kao osobu kakva jeste.“
- "Poštujem vaše mišljenje."

Elementi aktivnog slušanja obuhvataju:

- Odlučivanje „Želim biti aktivan slušalac“. Kako to postići? Evo nekoliko savjeta:
 - ✓ Na početku razgovora, kažete sebi: „Ovaj put ću aktivno slušati“
 - ✓ Izbjegavajte sva ometanja
 - ✓ Kada želite nešto da kažete, „zagrizite za jezik“
- Nemojte prekidati
 - ✓ Ne pogađajte šta je neko htio da kaže
 - ✓ Ne dovršavajte tuđe rečenice
 - ✓ Ako trebate prestati zbog nedostatka vremena:
 - 1) izvinite se;

2) Objasnite zašto prekidate

3) Rezimirajte prije nego što odete ("Žao mi je, stvarno moram da vas prekinem jer moram da prisustvujem sastanku ...", "Stvarno razumijem i pokušaću da ...")

- Razmišljanje

- ✓ Ponovite riječi druge osobe kako biste bili sigurni da ste pravilno čuli i da ne pogađate šta je druga osoba rekla:

O: Ne mogu više ovako. Treniram istu stvar svakog dana, a poboljšanja nema.

B: Vjerujem da vas ovo frustrira.

- ✓ Gledajte osobu pravo u oči, ali ne zurite

- ✓ Izbjegavajte ometajuće pokrete koji će privući njihovu pažnju

- Govor tijela

Kažite svojim tijelom da slušate (kako?): Pokažite da slušate koristeći pravilno držanje (odraz ogledala)

Pokažite empatiju, priznajte osjećaje drugih i verbalna potvrda osjećaja drugih ljudi treba biti podržana govorom tijela, izrazima lica i drugim odgovarajućim sredstvima.

- Zatražite objašnjenje

Ako razgovarate sa drugom osobom i neke stvari nisu jasne, zatražite objašnjenje. Pitajte drugu osobu tačno šta želi da kaže.

Na primjer:

O: Ne mogu više ovako. Ne uspijevam ni u čemu!

B: Kako to misliš? Daj mi primjer, u čemu ne uspijevaš? Kako si došao/la do takvog zaključka?

Treba izbjegavati pretpostavke, jer vode nerazumijevanju

- Parafraziranje

Sa što je manje moguće riječi, rezimirajte izjavu druge osobe koristeći se vlastitim riječima kako biste bili sigurni da ste pravilno razumjeli i da ste primili suštinu poruke. Ponovite izjavu vlastitim riječima kako bi vas druga osoba mogla obavijestiti jeste li razumjeli ili ne. Upotrijebite parafraziranje kada ne razumijete poruku druge osobe. To se odnosi samo na sadržaj poruke, bez davanja vrijednosti, prosuđivanja ili tumačenja iste.

Samo pokazujemo da želimo što bolje razumjeti govornika:

- ✓ "Ako sam te dobro razumio/la ..."

- ✓ "Čini se da u to zaista vjeruješ ..."

- ✓ "Znači li to da ..."

JEDINICA 2.2. UČINKOVITE POVRATNE INFORMACIJE

Roditelje treba informisati o performansama djeteta, kao i o svim ostalim stvarima koje su im korisne. Stoga bi treneri trebali biti spremni odgovoriti na pitanja i ostati otvoreni prema roditeljima. Uvijek treba imati na umu da je komunikacija dvosmjerna ulica. Ako treneri drže komunikaciju otvorenom, najverovatnije je da će odnos sa roditeljima biti konstruktivan. Poticanje dvosmjerne komunikacije ne znači da će komunikacija trenera biti ugrožena. Poticanje dvosmjerne komunikacije otvoren je poziv roditeljima da izraze svoju istinsku zabrinutost, dok su istovremeno sigurni da će ih trener saslušati. Ono o čemu moramo voditi računa je kada i gdje će se takva komunikacija odvijati. Takva komunikacija ne smije da bude tokom treninga, takmičenja ili u prisustvu mladih sportaša.

Najčešći problemi između trenera i roditelja nastaju u perspektivama u pogledu performansi djeteta. Zbog toga se upotreba sistema za mjerenje performansi preporučuje, ne samo zato što sportašima daje dragocjene informacije, već može pružiti i objektivan izvor procjena za roditelje. Napravite listu drugih značajnih pitanja koja se tiču djeteta, kao što su: komunikacija sa drugom djecom, ponašanje tokom treninga, komunikacija sa trenerom. Tokom svih sastanaka sa roditeljima budite što je moguće konkretniji, poduprite svoje primjere (bilježite sve važne elemente, kako biste imali argumente tokom razgovora sa roditeljima). U uspostavljanju dobrih odnosa sa roditeljima, treneri treba da budu svjesni da je većina roditelja zaista entuzijastična i istinski se brinu za svoju djecu. Zbog toga je potrebno blagovremeno dati adekvatne povratne informacije o temama koje su važne za performanse njihovog djeteta u sportu.

JEDINICA 3. RJEŠAVANJE SUKOBA

Razvijanje vještina za rješavanje sukoba i saradnja sa roditeljima u ovoj oblasti

Šta odrasli obično rade kada su djeca u sukobu?

- 1 Kažnjavanje - za djecu, kažnjavanje i ponašanje vrlo često nisu povezani.
- 2 Suočite se sa posljedicama - neprihvatljivo ponašanje povezano sa posljedicama.
- 3 Koristite pristup usmjeren na rješavanje problema - na ponašanje se gleda kao na problem koji treba riješiti.

U sva tri pristupa roditelj odabire kaznu ili negativnu posljedicu bez uključivanja djeteta u postupak odlučivanja.

Šta je alternativa?

Odnos osvetničke i restorativne pravde prikazan je u Tabeli 3.6. i prikazuje novu perspektivu specifičnih situacija u ponašanju koje mogu predstavljati problem. Restorativna pravda, kao model koji je predstavila Belinda Hopkins (2002), dinamičan je i inovativan način suočavanja sa sukobom u školama promovišući razumijevanje i proces zacjeljenja nakon dodjeljivanja krivnje ili kazne. Može uspostaviti etički sistem skrbi i pravde, što škole čini sigurnijim i sretnijim mjestom, ne samo smanjenjem konflikata, već i razvijanjem vještina aktivnog građanstva, visokog samopoštovanja, otvorene komunikacije i timskog rada učenika.

Tabela 3.6. Odnos osvetničke i restorativne pravde

OSVETNIČKA PRAVDA	RESTORATIVNA PRAVDA
Loše ponašanje viđeno kao kršenje pravila	Loše ponašanje viđeno kao šteta koju jedna osoba/grupa nanosi drugoj osobi/grupi
Uspostavljanje krivice, fokusiranje na prošlost (šta se dogodilo?)	Fokus na rješavanje problema izražavanjem osjećaja i potreba i kako ih ispuniti u budućnosti
O kazni će odlučivati autoritet	Dijalog i pregovaranje svih uključenih
Nametanje boli ili neugodnosti	Obnova obje strane s ciljem pomirenja i priznavanje odgovornosti za izbore

Pažnja je usmjerena na pravila i poslušnost u kontekstu pravila	Pažnja je usmjerena na odnos i postizanje obostrano željenog ishoda
Sukob je bezličan i apstraktan	Sukob je ličan s mogućnošću da se iz njega nauči
Jedna socijalna povreda zamijenjena drugom	Fokus na popravci socijalne povrede
Na ostale se gleda kao na posmatrača	Ostali su uključeni u olakšavanje pregovora
Odgovornost definisana kao primanje kazne	Odgovornost se shvata kao razumijevanje uticaja radnji, preuzimanje odgovornosti za izbor i predlaganje načina da se šteta popravi

Uloga roditelja u sukobu

- 1 Pozovite djecu/sportaše da se zajedno pozabave onim što se dogodilo
- 2 Pitajte sve strane u sukobu koje su njihove potrebe i kako ih se može zadovoljiti u budućnosti
- 3 Podržati pregovore između sukobljenih strana
- 4 Podržite razumijevanje da sukob pogađa sve ljude u blizini
- 5 Dogovorite se o posljedicama i radnjama

Kada dođe do sukoba...

Ako se dogodi sukob između maloljetnih sportaša, u njegovo rješavanje moraju biti uključeni roditelji:

- 1 Pozovite roditelje
- 2 Objasnite objektivno konfliktnu situaciju
- 3 Pitajte roditelje što misle
- 4 Recite im šta ste poduzeli za rješavanje sukoba
- 5 Objasnite njihovu ulogu u rješavanju sukoba

Ako su roditelji u sukobu sa vama...

- 1 Budite mirni, ne dižite glas, već smanjite intenzitet informacije izražavanjem emocija
- 2 Na neverbalni način pokušajte pokazati da slušate; gledajte ih u oči
- 3 Pokažite da razumijete njihovu nevolju
- 4 Predložite svoje argumente
- 5 Dogovorite se o planu aktivnosti
- 6 Ako se to i dalje događa, ponudite im da razgovaraju s vašim nadređenima

Pogreške i sukobi često se događaju svima i ne bismo trebali sebe i druge predstavljati kao nepogrešive. Pogreške treba prihvatiti. Ako roditelj ukaže na našu pogrešku, trebali bismo je prihvatiti i napraviti plan kako je promijeniti. Naše prihvatanje pogreške uči djecu da se ponašaju na isti način, i tada nema potrebe za neophodnom promjenom.

Na primjer: stvarno nisam primijetio/la da je dijete zbog nečega bilo bolesno/uznemireno ... i jako mi je žao zbog toga. Odmah ću ... I nadam se da ...; ali ne u pokornom tonu, već s pouzdanjem i integritetom.

Preporučuje se sportašima da razgovaraju o tome, posebno o restorativnom modelu pravde i novom načinu rješavanja sukoba.

PITANJA SAMOKONTROLE

Napravite popis očekivanja i odgovornosti i roditelja i trenera.
Koja su neka emocionalna pravila kojih se možete sjetiti?
Koliko je teško ili lako udovoljiti?
Koji faktori utiču na spremnost i sposobnost pridržavanja ovih pravila?
Što znači parafrazirati?
Što su osvetnička i restorativna pravda?

ODJELJAK O ZNANJU / STUDIJSKI ZADACI

STUDIJA SLUČAJA

Vodite me do pobjede

Pravila igre: Članovi tima podijeljeni su u parove. Jedan dio terena koristit će se kao poligon za obuku s preprekama (što je više prepreka to bolje). Jedan će učesnik imati povez na očima (i ne smije unaprijed vidjeti poligon s preprekama), a drugi učesnik ga vodi. Pravilo je da osoba koja vodi kolegu s povezom na oči ne smije da ga dodiruje, već koristi riječi kako bi ga sigurno vodila do cilja. Pobjeđuje prva ekipa koja pređe završnu crtu. Prepreke se ne smiju premještati ili dirati.

Varijacije: U slučaju manje djece, prepreke bi trebale biti izrađene od mekšeg materijala, kako bi se izbjegle ozljede.

Rješavanje problema: Ova igra temelji se na povjerenju u vašeg partnera da vas sigurno dovede do cilja. Oba učesnika vodi potreba za pobjedom i moraju se osloniti jedni na druge kako bi to postigli. Više prepreka i njihova složenost rezultirat će jačom vezom dva igrača.

REFERENCE

- Badrić, M., Prskalo, I. (2011) Participiranje tjelesne aktivnosti u slobodnom vremenu djece i mladih. Napredak: časopis za pedagošku teoriju i praksu, 152 (3–4, 479–494)
- Burton, D., Raedeke, T. D. (2008). Sportska psihologija za trenere. Ljudska kinetika. Champaign, USA, str. 16–35
- Centar za nastavni plan i program i stručno usavršavanje. (1993). Radionica za razvoj facilitatora: Priručnik za učesnike. Ministarstvo za napredno obrazovanje, osposobljavanje i tehnologiju
- Gould, D., Dieffenbach, K., Moffett, A. (2002). Psihološke karakteristike i njihov razvoj kod olimpijskih prvaka. Časopis za primijenjenu sportsku psihologiju/Journal of Applied Sport Psychology, 14(3), 172–204
- Hopkins, B. (2002) Restorativna pravda u školama. Podrška učenju. 17(3) str. 144–149. NASEN
- Smoll, F. L., Cumming, S. P., & Smith, R. E. (2011). Pобољшanje odnosa trenera i roditelja u omladinskim sportovima: povećanje harmonije i minimiziranje gnjavaže. International Journal of Sports Science & Coaching, 6(1), 13–26
- Ye, M. L., & Chen, Y. (2015). Pregled literature o emocionalnom radu učitelja. Kreativno obrazovanje, 6, 2232–2240



Sport Against Violence and Exclusion

IV. OSNAŽIVANJE KROZ SPORT ZA DRUŠTVENE PROMJENE

IV. OSNAŽIVANJE KROZ SPORT ZA DRUŠTVENE PROMJENE

AUTORI: Borislav Obradović, Dr. nauka; Patrik Drid, Dr. nauka; Ivana Milovanović, Dr. nauka; Darinka Korovljev, Dr. nauka; Dejan Madić, Dr. nauka; Dragan Marinković Mr.; Roberto Roklicer Mr.

SADRŽAJ

JEDINICA 1. ULOGA SPORTA U JAČANJU KAPACITETA ZAJEDNICE	
JEDINICA 1.1. KAPACITET I IZGRADNJA KAPACITETA	
JEDINICA 1.2. RAZVOJ ZAJEDNICE I ODRŽIVOST ZAJEDNICE	
JEDINICA 1.3. DRUŠTVENA PRIRODA SPORTA U ODNOSU NA IZGRADNJU KAPACITETA U ZAJEDNICI	
JEDINICA 1.4. USPJEŠNA PROGRAMSKA ŠEMA	
JEDINICA 2. OSNAŽIVANJE ZA DRUŠTVENU UKLJUČENOST KROZ SPORT	
JEDINICA 2.1. SOCIJALNA ISKLJUČENOST	
JEDINICA 2.2. SPORT I SOCIJALNA UKLJUČENOST	
JEDINICA 2.3. KA DRUŠTVENO UKLJUČIVOM SPORTU	
JEDINICA 3. OSNAŽIVANJE RANJIVIH DRUŠTVENIH GRUPA PUTEM SPORTA	
JEDINICA 3.1. DEFINICIJA SOCIJALNE UGROŽENOSTI	
JEDINICA 3.2. FUNKCIONALNE DIMENZIJE	
JEDINICA 3.3. ULOGA SPORTA	
JEDINICA 3.4. ULOGA FIZIČKOG VASPITANJA I ŠKOLSKOG SPORTA	
JEDINICA 4. TRANSFORMACIJA ZAJEDNICA KROZ SPORT	
JEDINICA 4.1. OMLADINSKO-SPORTSKI PROGRAMI	
JEDINICA 4.2. RAZVOJNI MODEL UČEŠĆA U SPORTU	
JEDINICA 4.3. POZITIVAN RAZVOJ MLADIH KROZ SPORT	
JEDINICA 5. ODRŽIVI RAZVOJ ZAJEDNICE KROZ SPORT	
JEDINICA 5.1. ODRŽIVI RAZVOJ ZAJEDNICE KROZ SPORT	
JEDINICA 5.2. OKVIR ZA POZITIVAN RAZVOJ MLADIH	
JEDINICA 5.3. KORIŠTENJE KVALITETNOG FIZIČKOG VASPITANJA ZA PROMOCIJU POZITIVNOG RAZVOJA MLADIH	
PITANJA SAMOKONTROLE	
ODJELJAK O ZNANJU / STUDIJSKI ZADACI	
REFERENCE.....	

OPIS

Razvoj i primjena inovativnih pristupa sa ciljem zaštite i osnaživanja djece i mladih u društvu. Modul posvećuje posebnu pažnju osnaživanju djece i mladih iz ranjivih društvenih skupina za društvenu uključenost kroz sport.

JEDINICA 1. ULOGA SPORTA U JAČANJU KAPACITETA ZAJEDNICE

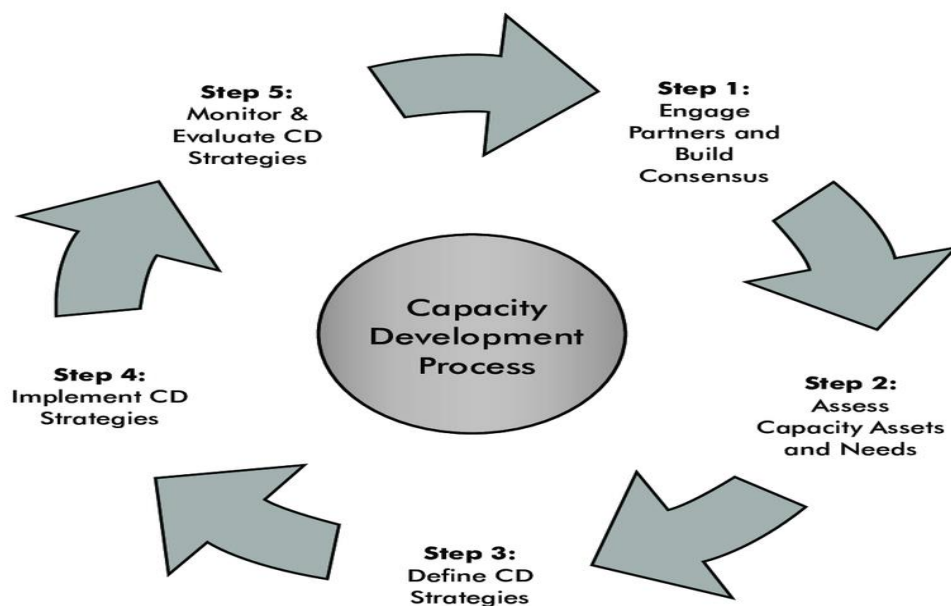
JEDINICA 1.1. KAPACITET I IZGRADNJA KAPACITETA

Kapacitet je: znanje i vještine pojedinaca ili organizacija.

Kapacitet zajednice proces je koji povećava imovinu i attribute koje zajednica može iskoristiti kako bi poboljšala život ljudi (Laverack, 2005).

Jačanje kapaciteta je razvoj i jačanje ljudskih i institucionalnih resursa.

UNDP definiše razvoj kapaciteta kao proces kroz koji pojedinci, organizacije i društva stižu, jačaju i održavaju sposobnosti za postavljanje i postizanje vlastitih razvojnih ciljeva tokom vremena.



Slika 4.1. Proces razvoja kapaciteta (UNDP, 2007)

JEDINICA 1.2. RAZVOJ ZAJEDNICE I ODRŽIVOST ZAJEDNICE

- Razvoj zajednice zasnovan je na pretpostavci da se održivost zajednice može s vremenom poboljšati na samodovoljan način usmjeren na djelovanje.
- Kapacitet se procjenjuje različito za svaku zajednicu, ali odnosi se na kvalitetu i količinu: ljudskih, fizičkih i finansijskih resursa kojima zajednica mora pomoći u procesu promjene (Vail, 2007: 574).

JEDINICA 1.3. DRUŠTVENA PRIRODA SPORTA U ODNOSU NA IZGRADNJU KAPACITETA U ZAJEDNICI

Definicija sporta koju nudi Vijeće Europe (2001):

„**Sport** podrazumijeva sve oblike fizičke aktivnosti koji povremenim i organizovanim učešćem imaju za cilj izražavanje ili poboljšanje fizičke kondicije i mentalnog blagostanja, formiranje društvenih odnosa ili postizanje rezultata u takmičenju na svim nivoima.“

Sport ima značajan potencijal za društveni razvoj, posebno u izgradnji:

Lokalnih vještina, znanja i resursa, povećanje socijalne kohezije, omogućavanje dijaloga u zajednici, razvoj vodstva i poticanje građanskog učešća.

Sport bi mogao više indirektno da doprinese društvu, pozitivnim doprinosom odnosima sa „prosvjetnim radnicima“ i drugima.

Za mnoge mlade ljude sport ima značajan uticaj na:

- obrazovnu politiku,
- izbjegavanje socijalne isključenosti i nasilja,
- dokazi sugerišu da sport može pomoći boljoj vršnjačkoj integraciji mladih s invaliditetom,
- promociju zdravog načina života.

“**Sport-za-razvoj (S4D)**” prakse mogu učinkovito olakšati dimenzije kapaciteta zajednice u izgradnji:

- lokalnih vještina, znanja i resursa,
- povećanja socijalne kohezije,
- olakšavanja struktura i mehanizama za dijalog u zajednici,
- razvoja vodstva i
- poticanja građanskog učešća.

Razvoj temeljen na sportu često izaziva veliko zanimanje stanovnika, donatora i kreatora politika.

Primjenom načela izgradnje kapaciteta zajednice, sport može biti na jedinstven način pozicioniran kako bi se poboljšale održive inicijative za razvoj zajednice.

JEDINICA 1.4. USPJEŠNA PROGRAMSKA ŠEMA

Planiranje

- **Partnerstva i dogovoreni ciljevi:** Od vitalnog je značaja međusobno razumijevanje svih zainteresovanih strana.
- **Ciljevi:** vitalni dijelovi procesa konsolidacije su: postavljanje jasnih i mjerljivih ciljeva, ciljeva i pridruženih radnih programa, s pažljivo planiranim i dogovorenim strategijama za razvoj sporta u zajednici. Ciljeve i pokazatelje uspješnosti moraju postaviti ljudi koji razumiju lokalne probleme, zajedno s realnim vremenskim okvirima.
- **Osoblje:** Ako je moguće, cijelo osoblje bi trebalo biti na položaju prije početka programa i doprinijeti razvoju strategije.

- **Identitet i status:** Trebao bi biti uspostavljen odgovarajući relevantni profesionalni i razvoj identiteta za uspješan sportski razvoj u zajednici.

Izvršenje

- **Osnaživanje i vlasništvo:** Učesnicima treba omogućiti da utiču na stil, organizaciju i atmosferu lokalnih sportskih mogućnosti.
- **Održivost:** Ako je program vremenski ograničen, potrebno je rano razmotriti održivost.
- **Upravljanje:** Od vitalnog je značaja razjasniti zapovjedne kanale od početka.
- **Osoblje:** Sportske inicijative unutar društveno isključenih grupa zahtijevaju prilagođeni set vještina: sportska sposobnost, komunikacijske vještine i empatija sa ljudima koji su možda slabo motivisani za bavljenje sportom.
- **Obuka:** Partneri bi trebalo da dobiju programe obuke za razvijanje vještina u zajednici.
- **Objekti:** Objekti moraju biti lokalni, jer ih zajednica koristi.
- **Logistika:** Ohrabrite lokalne klubove i organizacije da rade sa vašim ciljnim grupama.

Učesnici

- **Identifikacija potencijalnih učesnika.**
- **Socijalno isključeni pojedinci ili grupe** mogu biti teško dostupni i obično ne stavljaju sport visoko na listu prioriteta.
- **Potrebno je uložiti mnogo napora u kontakt sa tim ljudima / grupama,** koristeći kampanje za podizanje svijesti i motivacijske inicijative na nivou lokalne zajednice.
- **Privlačenje učesnika.**
- **Koristite razne lokacije za popularizaciju,** kao što su centri za zapošljavanje, poslovni centri, karijerne kancelarije, kancelarije lokalne zajednice itd.

Kako naterati članove zajednice da dugoročno učestvuju u sportu?

- *Obezbijedite širok izbor aktivnosti*
- *Ohrabrite početnike*
- *Obezbijedite mogućnosti na pristupačnim objektima*
- *Obezbijedite prevoz ako je potrebno*
- *Obezbijedite potrebnu opremu*
- *Vodite aktivnosti tokom dana, posebno popodne*
- *Budite pouzdani - ako se predviđa neka aktivnost, osigurajte da se ona i odvije*
- *Koristite istog voditelja za svaku sesiju da biste uspostavili odnos*
- *Pitajte koje su aktivnosti željene, i njihov optimalni vremenski raspored i lokaciju*
- *Očekujte spor početak*
- *Ostavite vremena za kontakt sa zajednicom i rad na razvoju*
- *Konstantno nadgledajte i ocjenjujte program*
- *Prepoznajte da će većinu korisnika više zanimati zabava, a ne visok nivo stručnosti*
- *Uvijek imajte na umu da različite grupe imaju različite potrebe*

JEDINICA 2. OSNAŽIVANJE ZA DRUŠTVENU UKLJUČENOST KROZ SPORT

JEDINICA 2.1. SOCIJALNA ISKLJUČENOST

- **Pobrinite se da je kampanja za popularizaciju informativno sažeta i jasno strukturirana** – vremena, mjesta, datumi početka, aktivnosti, troškovi, početnici dobrodošli, kontakt.

Socijalna isključenost može biti u različitim oblicima, poput nedostatka pristupa moći, znanju, uslugama, pogodnostima, izboru i mogućnostima.

„**Socijalna isključenost** odnosi se na višestruke i promjenljive faktore, što rezultira isključenjem ljudi iz normalne razmjene, prakse i prava savremenog društva“ (Komisija Evropskih zajednica 1993).

Društveno uključivo društvo je definisano kao ono u kome se svi ljudi osjećaju vrednovanim, poštuju se njihove razlike i ispunjavaju njihove osnovne potrebe tako da mogu dostojanstveno živjeti (Cappo, 2002).

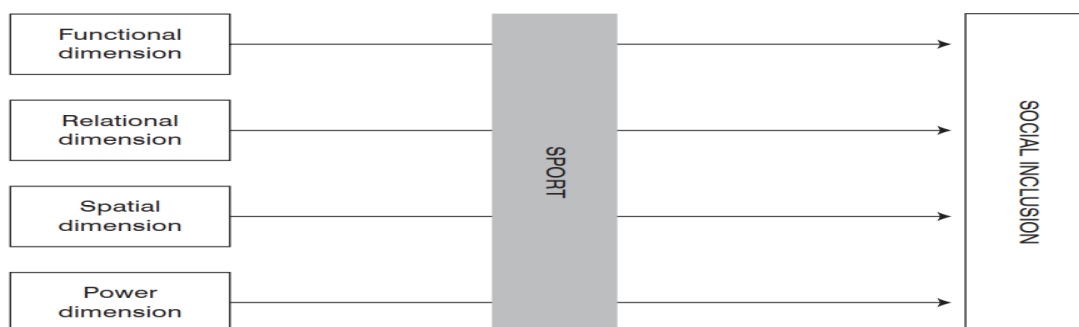
JEDINICA 2.2. SPORT I SOCIJALNA UKLJUČENOST

Sport je prilika za društvenu aktivnost, sklapanje prijateljstava, umrežavanje smanjujući socijalnu izolaciju, komunikaciju i igru.



Slika 4.2. Uključenost u dječji sport

(<https://www.icoachkids.eu/diversity-and-inclusion-in-sport.html>;
<https://www.verywellfamily.com/sports-for-children-with-physical-disabilities-1256963>)



Slika 4.3. Sport u socijalnoj uključenosti

JEDINICA 2.3. KA DRUŠTVENO UKLJUČIVOM SPORTU

Pozitivna iskustva za pojedince u okviru sportskih programa i, posljedično, povećanje potencijala za pozitivan društveni uticaj.

Imati kredibilno **vodstvo** kada su u pitanju programi.

Uključivanje **mladih** u process odlučivanja.

Naglašavanje značaja društvenih odnosa usredsređeno je na procese **učenja**.

Pristup sportu u smislu uključenosti: Djeca trebaju biti uključena u mrežu sportskih aktivnosti radi povećanja socijalnih i međuljudskih kapaciteta.

Agencija – uključivanje zahtijeva institucije; projekti koji uključuju isključene mlade ljude u proces odlučivanja (Long i dr. 2002), jer su sportski programi najuspješniji kad imaju učinkovito vodstvo, po mogućnosti lokalno.

POJEDINAC



ZAJEDNICA

Slika 4.4. Prebacivanje fokusa s pojedinca na zajednicu

Sport i fizička aktivnost nisu prvenstveno dobri ili loši za djecu, ali imaju potencijal da daju i pozitivne i negativne ishode!

- Stvaranje uslova neophodnih za sport da bi imao korisne rezultate
- Poduzimanje akcija i interakcija trenera i nastavnika na način da utiču u kojoj mjeri djeca i mladi doživljavaju pozitivne aspekte i shvataju veliki potencijal sporta
- Učinci sporta određivat će se učestalošću i intenzitetom učešća i stepenom involviranosti učesnika tokom vremena
- Poboljšanje kondicije i zdravlja ima uticaj na razvoj tehničkih i socijalnih vještina, a posebno stavova i vrijednosti.

Trebali bismo i diskutovati o sljedećem i zapitati se

Može li sport pridonijeti prepoznatljivim i dalekosežnim načinima postizanja važnih širokih društvenih rezultata?

Može li sport okupiti ljude različitog porijekla?

Može li sport djelovati kao sila društvene transformacije i promjene?

Može li sport pridonijeti društvenoj uključenosti?

DA - sport MOŽE pridonijeti prepoznatljivim i dalekosežnim načinima postizanja važnih širokih društvenih rezultata!

DA - sport MOŽE okupiti ljude različitog porijekla!

DA - sport MOŽE djelovati kao sila društvene transformacije i promjene!

DA - sport MOŽE pridonijeti društvenoj uključenosti!

JEDINICA 3. OSNAŽIVANJE RANJIVIH DRUŠTVENIH GRUPA PUTEM SPORTA

JEDINICA 3.1. DEFINICIJA SOCIJALNE UGROŽENOSTI

"Broj jedinica bilo čega u neposrednoj blizini" (E. S. Bogardus).

"Kad god se dva ili više pojedinaca okupe i utiču jedni na druge" (Ogburn i Nimkoff).

"Skup pojedinaca koji su organizovani i imaju zajedničke interese i aktivnosti" (Arnold Green).

Vrlo često su grupe ljudi predstavljene u kategorijama, kao što su: beskućnici, imigranti, nacionalne manjine, siromašni pojedinci, pojedinci različite nacionalnosti, djeca sa invaliditetom itd.



Slika 4.5. Pojedinci koji nisu jednako prihvaćeni od ostatka društva
(<https://activeforlife.com/kids-with-disabilities-active-for-life>)

„Socijalna ugroženost“ je proizvod društvenih nejednakosti - onih društvenih faktora koji utiču ili oblikuju podložnost različitih grupa štetama i koji takođe upravljaju njihovom sposobnošću da reaguju (Cutter i drugi 2003).

Ranjive grupe su povezane sa djecom, mladima ili vrlo mladim sportašima koji su na neki način diskriminirani od strane svog okruženja.

Naša misija je da pronađemo način da te pojedince ponovo vratimo kao ravnopravnu komponentu okruženja (društva) kroz sport.

Kada razmatramo ovu temu, postoje preklapajući se pojmovi, kao što su „socijalna isključenost“, „socijalna marginalizacija“ i „podklasa“ kojima se opisuju grupe pojedinaca kojima nedostaje pristup nizu poželjnih socijalnih resursa i koristi (Sandford i drugi 2006), a ponekad se ovi izrazi mogu koristiti naizmjenično.



Slika 4.6. Povezivanje pojedinaca u grupu
(<https://virtualteambuilders.com/author/michael-spiar/page/10/>)

JEDINICA 3.2. FUNKCIONALNE DIMENZIJE

Hellison vjeruje da bi se vaspitači uvijek trebali pitati da li je njihovo viđenje i metoda poučavanja vrijedna implementacije i da li je ono što rade učinkovito.

Hellison-ov model odgovornosti - podučavanje ličnoj i društvenoj odgovornosti (TPSR) predstavlja 6 nivoa ponašanja među djecom (od 0 do 5).

Na primjer, nulti nivo predstavljen je kao potresno, uvredljivo ponašanje i agresivna igra (prisutna među socijalno ugroženom djecom - koja su često maltretirana), gdje nivo 5 predstavlja integraciju vrijednosti TPSR-a u druga područja života.

Nivo 0 - Egocentričan – ima nedostatak samokontrole, nije timski igrač

Nivo 1 - Poštovanje prava i osjećanja drugih – ima samokontrolu i mirno rješava sukobe

Nivo 2 - Napor i saradnja – slaže se sa drugima, samoinicijativan, isprobava nove zadatke

Nivo 3 - Samopravljanje - obavlja zadatke, postavlja i pridržava se ličnih ciljeva i odolijeva pritisku vršnjaka

Nivo 4 - Pomoć drugima i pokazivanje leaderskih vještina – pokazuje brigu, osjetljivost i zabrinutost za druge u razredu/klasi

Nivo 5 - Integracija vrijednosti TPSR-a van sale za vježbanje - integriše TPSR vrijednosti u druga područja života – ponaša se kao uzor

Hellison-ov TPSR model mogao bi se uspješno koristiti za suzbijanje nasilja među socijalno ugroženom djecom u školama (uglavnom u osnovnim i srednjim školama).

Pored ovog modela, postoje neke vještine koje bi trebalo primijeniti i koje su od posebnog značaja, a to su:

1. Saradnja sa porodicom djece;
2. Poticanje grupne kohezije;
3. Korištenje strategija inkluzivnog obrazovanja;
4. Promovisanje građanske odgovornost;
5. Prepoznavanje opasnih situacija.

Postoje mnogi programi intervencija osmišljeni da ponovo uključe mlade koji su „nezadovoljni“ ili koji su „isključeni“, podižući težnje i promovišući pozitivan društveni razvoj (Long i drugi 2006; Merton i Parrott 1999).

Potrebno je osmisлити programe fizičke aktivnosti koji će se primjenjivati u specifičnom socio-kulturnom okruženju, koji će uključivati socijalno ugroženu djecu i koji će imati dugoročni uticaj.

Takvi programi bi trebali olakšati pozitivan lični i društveni razvoj mladih, kao i razviti timski rad.

Bez obzira na program fizičke aktivnosti, isključeni mladi ljudi trebali bi imati privilegije prilikom pridruživanja ovim programima, kao što su:

- Popust ili besplatno učešće;
- Besplatan prevoz za učešće u programu;
- Jednake mogućnosti učešća kao ostali, itd.

Čitavo društvo trebalo bi imati koristi od ponovnog uključivanja socijalno isključene djece. Djeca moraju imati osjećaj pripadnosti!

JEDINICA 3.3. ULOGA SPORTA

Sport može dati značajan doprinos doprinoseći širokom spektru pozitivnih socijalnih ishoda:

- smanjen omladinski kriminal,
- poboljšana kondicija i zdravlje,
- smanjeno odsustvovanje,
- poboljšani stavovi o učenju među mladima i pružanje mogućnosti za „aktivno građanstvo“ (Sport England 1999).

„Biti žensko i iz Bangladeša, Pakistana, Afrike i Indije naglašava razlike u mogućosti učešća“ (Carroll, 1993).

Oснаživanje ovih grupa potrebno je kako bi se prevladale očite razlike s kojima se svakodnevno susrećemo.



Slika 4.7. Razbijanje leda

(<https://muslimlink.ca/news/hitting-the-home-court-in-hijab-muslim-canadian-women-and-sports>; <https://www.alaraby.co.uk/english/society/2016/8/8/egyptian-beach-volleyball-player-breaks-bikini-norm-with-hijab>)

Razvoj osnovne fizičke kompetencije, koji se razvija kroz kvalitetni program fizičkog odgoja, ima snažan učinak na samopoštovanje, samopouzdanje i prihvatanje od strane vršnjaka (Bailey, 2000).

Daleko je manje vjerovatno da će mladi ljudi s invaliditetom učestvovati u izvannastavnim ili izvanškolskim sportskim aktivnostima (Finch i drugi, 2001).

Bitno je da se djeci i mladima omogući učešće, bez ikakve rasprave o socijalnoj isključenosti!

JEDINICA 3.4. ULOGA FIZIČKOG VASPITANJA I ŠKOLSKOG SPORTA

Fizičko vaspitanje i školski sport pružaju odgovarajuća podešavanja za promociju ličnog i društvenog razvoja mladih.

Oснаživanje socijalno ugroženih grupa putem sporta (pretežno djece) jedan je od najučinkovitijih načina njihovog povezivanja i ponovnog uključivanja.



Slika 4.8. Zajedno smo jači

(<https://longfordchildcare.ie/inclusion-in-practice/>; <https://coachesacrosscontinents.org/tag/sport-for-social-impact>)

Sport je sredstvo koje ima moć da poveže različite ljude i učini ih jednakim!

JEDINICA 4. TRANSFORMACIJA ZAJEDNICA KROZ SPORT

JEDINICA 4.1. OMLADINSKO-SPORTSKI PROGRAMI

Razvoj sportskih programa za mlade može imati važnu ulogu u sportskim iskustvima i ishodima za mlade.

Postoji nekoliko sportsko specifičnih pristupa pozitivnom razvoju mladih kroz sport
To su:

- SUPER (Sportovi ujedinjeni za promociju obrazovanja i rekreacije),
- Prve životne vještine Tee,
- Podučavanje odgovornosti kroz fizičku aktivnost i
- Program Hokowhitu (Danish i drugi, 2004).

Postoje 3 cilja sportskog učešća (Cote & Fraser-Thomas, 2008):

- razvijati motoričke sposobnosti;
- unapređivati i poboljšavati fizičko zdravlje;
- poticati psihosocijalni rast.

JEDINICA 4.2. RAZVOJNI MODEL UČEŠĆA U SPORTU

Sportski programi za mlade mogu osigurati njihovu fizičku aktivnost, što u konačnici može dovesti do njihovog poboljšanog fizičkog zdravlja.

Sportski programi za mlade su presudni za sticanje motoričkih sposobnosti; ove vještine predstavljaju temelj za odrasle učesnike rekreativnih sportova, kao i buduće nacionalne sportske zvijezde.

Tabela 1. Pozitivan i negativan uticaj sporta na mlade sportaše. Budućnost omladinskog sporta: predložene promjene za pozitivne rezultate (Merkel, 2013)

MODEL

Razvojni model sportskog učešća daje okvir sa više puteva koji podržavaju kontinuirano učešće svih mladih, zdravstvene dobrobiti i psihosocijalni razvoj kroz sport (DMSP: Cote, 1999; Cote i Hay, 2002; Cote i Fraser-Thomas, 2008).



Slika 4.9. Sportski programi za mlade imaju potencijal za razvijanje pozitivnih vrijednosti (Côté 2002)

Na osnovu istraživanja o omladinskom sportu, dati su sljedeći prijedlozi za sportske programe za mlade, čiji je cilj promovisanje pozitivnog razvoja mladih (Cote i drugi, 2008).

Učešće u sportu je suštinski kontekst pozitivnog razvoja.

Pozitivan razvoj mladih doveo je do razvoja ideje da mladi predstavljaju resurs koji treba da bude rafiniran i dobro obrazovan.

Osnovni konstrukti pozitivnog razvoja mladih fokusiraju se na kontekst koji uključuje mlade, razvojne ishode i lične karakteristike (Lerner, 2003).

Učešće u sportu povezano je i sa nižim stopama rada sa identitetom, pozitivnih odnosa i iskustava u mreži odraslih.

Učešće u sportu povezano je sa višim stopama inicijative, timskog rada i emocionalne regulacije u poređenju sa drugim strukturiranim aktivnostima (Larson, Hansen, & Moneta, 2006).

Interakcije između djece i između djece i odraslih predstavljaju sastavni dio bilo kog sportskog programa za djecu (uzrasta od 6 do 12 godina) i one bi trebale da između ostalog obuhvataju igru i prilike da se isprobavaju različiti oblici sportskih aktivnosti.

„Uzorkovanje“ i „igranje“ tokom djetinjstva posmatraju se kao proksimalni procesi koji čine osnovni mehanizam za kontinuirano učestvovanje u sportu, kako na rekreativnom tako i na elitnom nivou (Cote i drugi, 2008).

Prije nego što napune 12 godina, mnoga djeca nemaju mogućnost da u potpunosti razumiju takmičarske timske sportove.

Djeca moraju da nauče kako da sarađuju pre nego što mogu da se uče kako da se takmiče.

„Perspektiva treće strane“ je neophodna u svakom timskom sportu.

Spajanje porodica - sport se smatra aktivnošću koja može u velikoj mjeri da doprinese ovom aspektu. Međutim, bliska komunikacija ne mora nužno da bude jednostavno zajedničko druženje. Roditelji vrlo često vrše pritisak na djecu, a mladi to mogu da osjete. Roditelji često reprodukuju rodne ideje o poslu i porodici. Učesnici učestvuju u nekoliko aktivnosti teambuilding-a (timskog rada) čiji je cilj da poboljšaju komunikaciju i razumiju prednosti i slabosti jednih drugih.

Obzirom da imaju snove za budućnost - učesnici uče o njima i razgovaraju o njihovoj važnosti. Oni identifikuju karijeru/školu i snove vezane za sport 10 godina unaprijed. Vršnjačke vođe dijele sa njima neke od svojih snova. Učesnici nauče razliku između snova i ciljeva i kako san pretvoriti u cilj.



Slika 4.10. Raditi zajedno s istim ciljem

(<https://www.unicef-irc.org/getting-into-the-game>)

Učesnici uče o karakteristikama dostižnog cilja:

- **pozitivno je naveden,**
- **specifičan je,**
- **utvrdila ga je osoba koja postavlja ciljeve i nalazi se pod kontrolom postavljача ciljeva.**

Prakticiraju razlikovanje ciljeva koji su važni za postavljача ciljeva i ciljeva koji su pozitivno navedeni.



Slika 4.11. Dječji sport

(<https://blogs.unicef.org/blog/how-does-a-ball-help-change-the-lives-of-children>)

Sportski programi tokom adolescencije (stariji od 13 godina) mogu se mijenjati tako da uključuju proksimalne procese izgrađene na osnovu aktivnosti specifičnih treninga i specijalizacije u jednom sportu. Adolescenti treba da imaju dvije mogućnosti: da se specijalizuju u svom omiljenom sportu ili da nastave da se bave rekreativnim sportovima. Učesnici takođe uče: važnost identifikacije razgovora sa samim/samom sobom, kako razlikovati pozitivni od negativnog razgovora sa samim/samom sobom, koje su ključne pozitivne izjave u razgovoru sa samim/samom sobom u vezi sa njihovim ciljevima. Takođe, moraju da praktikuju pozitivne izjave u razgovoru sa samim/samom sobom.

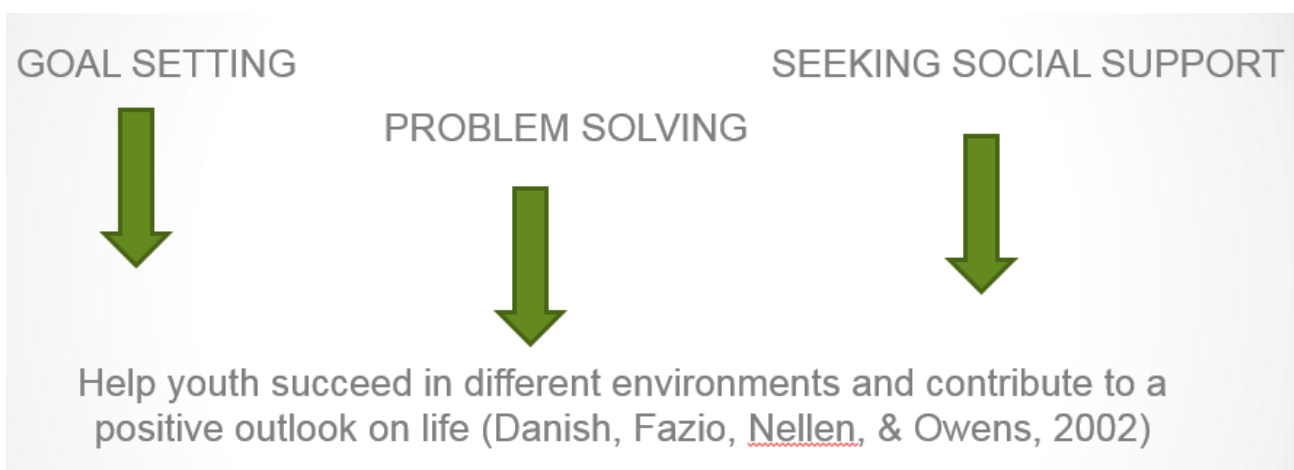
Prioritet trenera, roditelja i odraslih koji su uključeni u sportsko iskustvo za mlade treba da predstavljaju razvojna sredstva osobe (djeteta ili adolescenta) uključena u sportski program (Cote i drugi, 2008).

JEDINICA 4.3. POZITIVAN RAZVOJ MLADIH KROZ SPORT

Sljedeće karakteristike pozitivnog razvoja mladih treba da se primjene u sportskim programima kako bi se mladima pružio kontekst koji promoviše razvojna sredstva i rast:

- **Sportski programi za mlade** moraju se planirati u pogledu zdravog razvoja djece tokom vremena;
- **Administratori, treneri i roditelji** moraju gledati izvan granica same zabave, na narednu igru ili finale sezone i takođe se koncentrirati na dugoročne pozitivne razvojne ishode djeteta-sportaša (Cote i drugi, 2008).

Učesnici razvijaju razumijevanje važnosti zdravlja u svim dijelovima svog života. Trebali bi biti u stanju da shvate kako da unesu promjene, da si osiguraju zdrav životni stil i da su motivisani da garantuju takav način života u budućnosti.



Slika 4.12. Doprinos sporta u razvoju mladih (Danish, Fazio, Nellen, & Owens, 2002)

Roditelji i treneri imaju značajan uticaj na lični i društveni razvoj djece koja se bave sportom. Znanje o treniranju je višedimenzionalna karakteristika stručnih trenera. To uključuje lično ponašanje, iskustva i strategije trenera da se efikasno i uspješno ispune zahtjevi efikasnog i uspješnog treniranja (Côté & Gilbert, 2009). Interpersonalno znanje je sposobnost njegovanja pozitivnih odnosa sa sportašima, roditeljima i ostalim uključenim stranama. Uključuje odgovarajuće i učinkovite komunikacijske vještine sa pojedincima i grupama (Côté & Gilbert, 2009).

JEDINICA 5. ODRŽIVI RAZVOJ ZAJEDNICE KROZ SPORT

JEDINICA 5.1. ODRŽIVI RAZVOJ ZAJEDNICE KROZ SPORT

Projekti vezani za sport za razvoj postepeno su uređeni kako bi doprinijeli zajedništvu u grupi, socijalnoj koheziji i jačanju mreže.

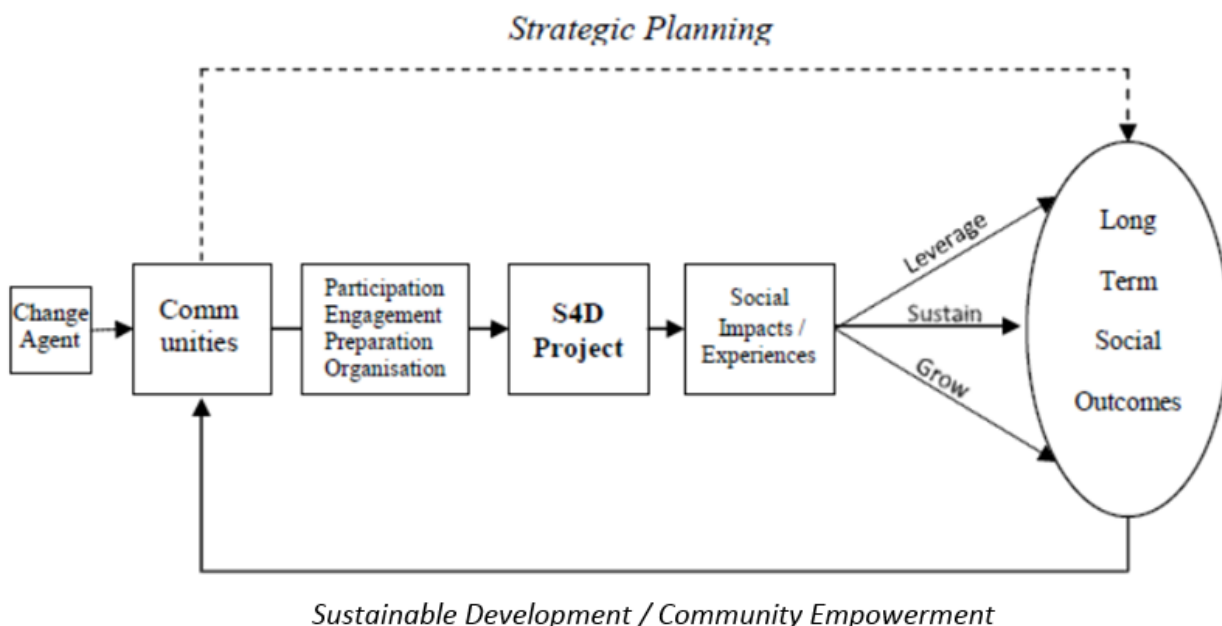
Očekuje se da će takvi modeli osigurati praktična istraživanja u oblasti razvoja zajednice koja mogu pružiti savjete za upravljanje, planiranje sporta i događaja i njihov uticaj.

Ova jedinica prikazuje okvir sport-za-razvoj (s4d) koji se može koristiti za kontrolu ključnog istraživanja projekata vezanih za sportske i događajne aktivnosti i njihovu posvećenost koordinaciji socijalnih efekata i održivih društvenih rezultata i ishoda.

Okvir S4D uzima u obzir teorijska i praktična istraživanja o učešću zajednice, sportu za razvoj i upravljanju sportom i događajima.

Predstavlja pristup zasnovan na prognozama, za razliku od stvarnih rezultata i ishoda prema razumijevanju i kontroli strateškog planiranja i uvidu u projekte sportskog razvoja i razvoja događaja uključivanjem i zamišljanjem socijalnih procedura nastalih kroz participativne sportske aktivnosti.

Okvir S4D podijeljen je u tri povezane i međusobno vezane oblasti upravljanja sportskim događajima, direktnih društvenih uticaja i dugoročnih socijalnih rezultata.



Slika 4.13. Okvir sport-za-razvoj (S4D) (Schulenkorf, 2012)

JEDINICA 5.2. OKVIR ZA POZITIVAN RAZVOJ MLADIH

Okvir S4D ističe da su dinamična investicija u mrežu i pozitivna posvećenost osnovni za postizanje održivog razvoja i jačanje mreže. Projekti sportskih programa/događaja preuzimaju osnažujući posao u okupljanju grupa i doprinose izgradnji kapaciteta i osnaživanju na koordinisan i integrisan način. Aktivnosti S4D-a moraju se strateški isplanirati, upravljati i koristiti kako bi se postigli željeni dugoročni rezultati.

Postoji razvojni dokaz da, ako se sport organizuje na pravilan način, a mladi su okruženi obučanim i brižnim odraslim mentorima, mora doći do pozitivnih poboljšanja kod mladih (Petitpas i drugi, 2004). Nažalost, bavljenje sportom ne garantuje da će mladi steći stručnost u vještinama i izgraditi stavove koji će ih osposobiti za produktivnu budućnost. Kvalitet odnosa uspostavljenih u interakcijama mentorstva (Catalano i drugi 2002) i savjetovanja (Sexton i Whiston 1994) pokazao se od presudne važnosti za poticanje učešća u sportu i pozitivnih ishoda učesnika. Oni koji nisu u mogućnosti da izgrade odnose pune povjerenja sa mladima manje je vjerovatno da će stvoriti okruženje u kojem će učesnici biti spremni da rizikuju i gdje znaju da je greška normalan dio procesa učenja.

Postoje tri karakteristike akademskih trenera koje su u snažnoj korelaciji s uspješnim akademskim rezultatima. Ove karakteristike su:

- empatija,
- održavanje visokih i pozitivnih očekivanja za pojedince, i
- zagovaranje.

JEDINICA 5.3. KORIŠTENJE KVALITETNOG FIZIČKOG VASPITANJA ZA PROMOCIJU POZITIVNOG RAZVOJA MLADIH

Svjetski stručnjaci se slažu da postoji popis karakteristika kvalitetnog programa fizičkog vaspitanja:

- Usmjereno je na dijete,
- Stvara pozitivno okruženje,
- Razvija vještine i znanja potrebna za njegovanje nezavisnosti i samostalnih učenika,
- Obuhvata ljudska prava, rodnu jednakost i mirovno obrazovanje (međunarodno vijeće za zdravlje, fizičko obrazovanje, rekreaciju, sport i ples 2001).

Kvalitetni programi fizičkog vaspitanja usvajaju holistički pristup poticanju unapređenja u četiri glavne oblasti pozitivnog razvoja mladih:

- fizički,
- intelektualni,
- psihološko / emocionalni,
- društveni razvoj.

- Pozitivan razvoj ne daje rezultate samo učestvovanjem u sportskim aktivnostima
- Pozitivan razvoj zavisice od načina na koji se programi isporučuju i doživljavaju i kako sportska organizacija omogućava pozitivne društvene norme
- Sportski programi mogu pomoći promovisanju pozitivnog razvoja među mladima
- Sport može biti odličan kontekst za podučavanje mladih da razvijaju inicijativu, regulišu emocije i nauče da rade kao tim
- Da bi promovisali druge pozitivne ishode, sportski lideri moraju da koriste specifične ciljeve i tehnike

PITANJA SAMOKONTROLE

Objasnite značenje i značaj sporta.

Kakva je društvena priroda sporta u odnosu na izgradnju kapaciteta u zajednici?

Opišite komponente šema uspješnih programa.

Opišite i objasnite prednosti socijalno inkluzivnog sporta.

Koje su komponente razvojnog modela učešća u sportu?

1. Šta je kapacitet i izgradnja kapaciteta?

(Odgovor: Kapacitet je znanje i vještine pojedinaca ili organizacija; Izgradnja kapaciteta je razvoj i jačanje ljudskih i institucionalnih resursa)

2. Koje su komponente šeme uspješnih programa? (Odgovor: Planiranje, izvršenje, učesnici)

3. Kako natjerati članove zajednice da dugoročno učestvuju u sportu? Navedite 5 načina (Odgovori za izabrati: Obezbijedite širok izbor aktivnosti; Ohrabrite početnike; Omogućite pristupačne objekte; Obezbijedite prevoz ako je potrebno; Omogućiti neophodnu opremu; Vodite aktivnosti tokom dana, posebno popodne; Budite pouzdani - ako je neka aktivnost predviđena, osigurajte da se ona i održi; Koristite istog voditelja za svaku sesiju da biste uspostavili odnos; Pitajte koje su aktivnosti željene, i njihov optimalni vremenski raspored i lokaciju; Očekujte spor početak; Ostavite vremena za kontakt sa zajednicom i rad na razvoju; Konstantno nadgledajte i ocjenjujte program; Prepoznajte da će većinu korisnika više zanimati zabava, a ne visok nivo stručnosti; Uvijek imajte na umu da različite grupe imaju različite potrebe)

4. Šta je socijalno inkluzivno društvo?

(Odgovor: Socijalno inkluzivno društvo je definisano kao ono u kome se svi ljudi osjećaju vrijednovanim, poštuju se njihove razlike i ispunjavaju njihove osnovne potrebe, tako da mogu dostojno živjeti)

5. Navedite tri od pet vještina koje suzbijaju nasilje nad socijalno ugroženom djecom.

(Odgovori za izabrati: Saradnja s porodicom djece; Stimulacija grupne kohezije; Korištenje strategija inkluzivnog obrazovanja; Promocija građanske odgovornosti; Identifikacija opasnih situacija)

6. Ukratko opišite 3 sportska programa za mlade u vašoj zajednici.

7. Navedite 3 cilja sportskog učešća.

(Odgovor: Razvijanje motoričkih vještina, unapređenje i poboljšanje fizičkog zdravlja, podsticanje psihosocijalnog rasta)

8. Prema konceptu pozitivnog razvoja mladih kroz sport (PID), zašto je važno da djeca sarađuju prije nego što počnu da se takmiče?

9. Navedite tri oblasti okvira Sport-za-razvoj. (Odgovor: Upravljanje sportskim događajima, direktni socijalni uticaji i dugoročni društveni rezultati)

10. Navedite četiri glavne oblasti pozitivnog razvoja mladih. (Odgovor: fizički, intelektualni, psihološko / emocionalni, društveni razvoj)

REFERENCE

- Bailey, R. P. (2000a) Razvoj pokreta i dijete u osnovnoj školi, u: R. P. Bailey & T.M. Macfadyen (Ur.) Nastava fizičkog vaspitanja 5–11 (London, Continuum).
- Benson PL, Scales PC, Hamilton SF, SesmaAJr. (2006). Pozitivni razvoj mladih: teorija, istraživanje i primjene. U: R. M. Lerner & W. Damon (Ur.), Priručnik dječje psihologije: Teoretski modeli čovjekovog razvoja (str. 894-941). Hoboken, NJ, SAD: John Wiley & Sons Inc.
- Bredemeier BJ. (1995). Razlike u moralnim rezonovanjima djece o pitanjima iz svakodnevnog života i sportskim specifičnim kontekstima. *International Journal of Sport Psychology*, 26, 453–63.
- Definicija razvoja kapaciteta:
https://www.undp.org/content/dam/aplaws/publication/en/publications/capacity-development/support-capacity-development-the-undp-approach/CDG_Brochure_2009.pdf
- Cappo, D. Monsignor, (2002). Citirano u VicHealth Research Sažetak 2 - Socijalna uključenost kao odrednica mentalnog zdravlja i dobrobiti (januar 2005) kojoj se pristupa na: <http://www.health.vic.gov.au/agedcare/maintaining/countusin/inclusion.htm>
- Carroll, R. (1993). Faktori koji utiču na učešće etničkih manjina u sportu, *Pregled fizičkog vaspitanja/Physical Education Review*, 16(1), str. 59.
- Coalter, F. (2002). Sport i razvoj zajednice: Priručnik, Sportscotland.
- Komisija Evropskih zajednica. (1993). Pozadinski izvještaj: socijalna isključenost - siromaštvo i drugi socijalni problemi u Evropskoj zajednici (Luksemburg, Kancelarija za zvanične publikacije Evropskih zajednica).
- Cote J., Fraser-Thomas J. (2007). Uključivanje mladih u sport. U: P. Crocker (Ur.), *Sportska psihologija: kanadska perspektiva*, str. 270–98. Toronto, ON: Pearson.
- Cote J., Gilbert W. (2009). Integrativna definicija efikasnosti i stručnosti trenera. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 4(3), 307–23.
- Cote J., Hay J. (2002). Učešće djece u sportu: razvojna perspektiva. U: JM Silva i DE Stevens (urednici), *Psihološka osnova sporta*, str. 484–502. Boston: Allyn & Bacon.
- Cote J., Strachan L., Fraser-Thomas J. (2008). Učešće, lični razvoj i performanse kroz sport mladih. U: *Pozitivni razvoj mladih kroz sport* (str. 48–60). Routledge.
- Cote J. (1999). Uticaj porodice na razvoj talenata u sportu. *Sportski psiholog/The Sport Psychologist*, 13, 395–417.
- Cote J. (2002). Uticaj trenera i vršnjaka na razvoj djece kroz sport. U: JM Silva i D E Stevens (urednici), *Psihološka osnova sporta*, str. 520–40. Boston: Allyn & Bacon.
- Cutter, S. L., Boruff, B. J., Shirley, W. L. (2003). Društvena ugroženost opasnostima po životnu sredinu, *Social Science Quarterly*, 84(2), 242–261.
- Danish S., Fazio R., Nellen V., Owens S. (2002). Podučavanje životnih vještina putem sporta: programi zasnovani u zajednici za unapređenje razvoja adolescenata. U: JL Van Raalte, BW Brewer

- (urednici), Istraživanje psihologije sporta i vježbe, (2. izdanje, str.269–88). Washington, DC: Američko udruženje psihologa/American Psychological Association.
- Danish S., Forneris T., Hodge K., Heke I. (2004). Unapređenje razvoja mladih kroz sport. *World Leisure Journal*, 46(3), 38–49.
- Danish S., Fazio R., Nellen V., Owens S. (2002). Podučavanje životnih vještina putem sporta: programi zasnovani u zajednici za unapređenje razvoja adolescenata. U: JL Van Raalte, BW Brewer (urednici), Istraživanje psihologije sporta i vježbe, (2. izdanje, str.269–88). Washington, DC: Američko udruženje psihologa/American Psychological Association.
- Danish S., Forneris T., Hodge K., Heke I. (2004). Unapređenje razvoja mladih kroz sport. *World Leisure Journal*, 46(3), 38–49.
- Edwards, Michael B. (2015). Uloga sporta u jačanju kapaciteta zajednice: Ispitivanje sporta za razvojna istraživanja i praksu. *Sport Management Review*. 18(1): 6–19. doi.org/10.1016/j.smr.
- Finch, N., Lawton, D., Williams, J. & Sloper, P. (2001). Anketa o invalidnosti 2000: istraživanje mladih s invaliditetom i sportom - nalazi (York, Sveučilište u Yorku, istraživačka jedinica za socijalnu politiku).
- Hamilton, E. (1992). Obrazovanje odraslih za razvoj zajednice. New York: Greenwood Press.
- Hellison, D. (2003). Podučavanje odgovornosti kroz fizičku aktivnost (2. izdanje). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Hellison, D., Cutforth, N., Kallusky, J., Martinek, T., Parker, M., i Stiehl, J. (2000). Razvoj mladih i fizička aktivnost: Povezivanje univerziteta i zajednica. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Larson R. W., Hansen D. M., Moneta G. (2006). Razlikovanje profila razvojnih iskustava u različitim vrstama organizovanih omladinskih aktivnosti. *Razvojna psihologija*, 42(5), 849–63.
- Larson, A., i Silverman, S. J. (2005). „Obrazloženja i prakse koje koriste brižni učitelji fizičkog vaspitanja“, *Sport, obrazovanje i društvo*, 10(2): 175–94.
- Lemyre P., Roberts G. C., Ommundsen Y. (2002). Orijentacije ka ciljevima, opažene sposobnosti i sportski kadar u fudbalu mladih. *Časopis za primijenjenu sportsku psihologiju/Journal of Applied Sport Psychology*, 14, 120–36.
- Lerner R. M., Dowling E. M., Anderson P. M. (2003). Pozitivan razvoj mladih: Isticanje kao temelj ličnosti i civilnog društva. *Primijenjena razvojna nauka*, 7(3), 172–80.
- Long, J., Welch, M., Braham, P., Butterfield, J., i Hylton, K. (2002). Uključite i mene: Dimenzije socijalne uključenosti kroz kulturu, medije i sport. Leeds: Leeds Metropolitan University.
- Merton, B., i Parrott, A. (1999). Povežite se: Uspješna praksa u obrazovnom radu sa mladim odraslim osobama ometenim u razvoju. Leicester: NIACE.
- Müller, E., Appleton, M. R., Ricci, G., Valverde, A. i Reynolds, D. (2015) 'Razvoj kapaciteta, u G. L. Worboys, M. Lockwood, A. Kothari, S. Fearyi I. Pulsford (urednici) Upravljanje zaštićenim područjem i upravljanje, str. 251–290, ANU Press, Canberra.
- Perkins D. F., Noam G. G. (2007). Karakteristike sportskih programa za razvoj mladih. *Nova uputstva za razvoj mladih*, 115, 75–84.
- Putnam, R. D. (2000). Sam kuglam: raspad i oživljavanje američke zajednice, New York, Simon i Schuster izgradnja kapaciteta definicija:
https://www.who.int/tobacco/control/capacity_building/background/en/
- Sandford, R. A., Armour, K. M., i Warmington, P. C. (2006). 'Ponovno angažiranje mladih s invaliditetom kroz programe fizičke aktivnosti', *Britanski časopis za obrazovanje/British Educational Research Journal*, 32: 251–71.
- Sport England (SE) (1999) Najbolja vrijednost kroz sport: vrijednost sporta za lokalne organe vlasti (London, SE).



Sport Against Violence and Exclusion

V. PREDRASUDE I RJEŠAVANJE PROBLEMA NASILJA I ISKLJUČENOSTI

V. PREDRASUDE I RJEŠAVANJE PROBLEMA NASILJA I ISKLJUČENOSTI

AUTORI: Ambra Gentile, Student na doktorskim studijama; Antonino Bianco, Dr. nauka; Antonio Palma, Dr. nauka; Stefano Boca, Dr. nauka

SADRŽAJ

JEDINICA 1. PREDRASUDE I TEORIJE KONTAKATA (ALLPORT, 1952).....	
JEDINICA 2. PREVENTIVNE STRATEGIJE.....	
JEDINICA 3. SUKOB.....	
JEDINICA 4. POSLJEDICE NASILJA I ISKLJUČENOSTI	
JEDINICA 5. PROMOCIJA POŠTOVANJA KROZ GRUPNU DINAMIKU	
PITANJA SAMOKONTROLE	
ODJELJAK O ZNANJU / STUDIJSKI ZADACI	
REFERENCE.....	

OPIS

Tema se fokusira na psihološke aspekte fenomena predrasuda, koji se smatra jednim od glavnih odrednica nasilja i isključenosti. Prema literaturi o psihologiji, predrasuda je presuda izražena kad nema dovoljno elemenata za cjelovitu evaluaciju u okruženju (Allport, 1954). U socijalnoj psihologiji, predrasude se javljaju u vrlo specifičnim situacijama, što su pokazali Billig i Tajfel (1973) u pretpostavci o „minimalnoj grupnoj paradigmi“. Međutim, predrasude se mogu umanjiti prema Allport-ovoj strategiji koja proizlazi iz Teorije kontakata (1954).

Modul se sastoji od pet tema, koje se bave prevencijom (tema 2, tema 5), rješavanjem nasilja i sukobima u vezi isključenja zbog predrasuda (tema 1, tema 3) i upravljanjem učincima koje imaju i na žrtvu i prestupnika (Tema 4). Metoda nastave će biti formalna (lekcije licem u lice) i neformalna (učenje kroz praktični rad, rad u krugu, igranje uloga), kao i metoda ocjenjivanja. Ovo će pomoći trenerima da razviju lični način pristupanja tim problemima.

Predrasude se definišu kao evaluacija izražena prije nego što sadrži sve elemente potrebne za tačnu i pouzdanu prosudbu. U socijalnoj psihologiji, pojam „predrasuda“ koristi se da označi negativan stav prema društvenoj grupi ili kategoriji, ili onome ko je njen dio, koji se procjenjuju ocjenom koja nije vezana za individualne karakteristike.

Postojeće teorije o ovoj temi pokušale su da identifikuju mehanizme koji su odgovorni za ovaj fenomen. Konkretno, tri glavna objašnjenja su data za ovaj fenomen, a to su predrasuda kao lična karakteristika, teorija društvenog identiteta (Tajfel & Turner, 1986) i bifaktorijalne teorije.

1 Predrasuda kao lična karakteristika

Ova posebna klasa teorija povezuje porijeklo predrasude sa o ličnim karakteristikama pojedinaca, posebno u dobi ranog djetinjstva. Dva glavna objašnjenja su data za ovaj fenomen.

Teorija autoritarne ličnosti. Prema „teoriji autoritarne ličnosti“ Adorno-a, predrasude su povezane sa određenim infantilnim iskustvom, koje karakteriše kruta dispozicija ili psihološko funkcionisanje pojedinca. Stoga, ako neko dobije obrazovanje zasnovano na stalnoj represiji i rigidnim korektivnim mjerama roditelja, pojedinac će odrasti sa previše pojednostavljenim kognitivnim funkcijama i velikom senzibilnošću za rasističke ideje i diskriminatorno ponašanje.

Teorija dogmatske ličnosti. Kao autoritarna ličnost, dogmatska ličnost razvija se tokom djetinjstva, ali ova teorija pretpostavlja da su dogmatski pojedinci opremljeni kognitivnom strukturom koja je sposobna da organizuje vjerovanja i informacije na izolovan način, ne dopuštajući izražavanje mišljenja koja su im neprimjerena.

2 Teorija društvenog identiteta (Tajfel & Turner, 1986)

Svaki put kada razmišljamo o sebi kao članovima grupe, pozivamo se na svoj društveni identitet. Socijalni identitet može se razlikovati prema tri karakteristike:

- Stvari koje znamo o našoj društvenoj grupi (vjerovanja);
- Emocionalna veza sa našom grupom (uticaji);
- Opšta procjena koju imamo o sebi proizišla iz ove grupe (npr. osjećaj ponosa, socijalni status itd.).

Informacije koje znamo o našoj grupi dobivaju se iz nekih procjena koje nam omogućuju da se stavimo u grupu (unutarnje grupe) i da se razlikujemo od vanjske grupe (vanjske grupe).

Unutarnja i vanjska grupa. Kada se identifikujemo sa grupom (naša grupa = unutrašnja grupa), mi mislimo o sebi kao izmjenljivim članovima grupe, a ne o jedinstvenim pojedincima. Ovo je normalan proces (= depersonalizacija) koji nije negativan, jer svoj identitet premještamo sa ličnog identiteta u socijalni identitet. Ljudi koji nisu dio naše društvene grupe percipiraju se kao "drugi" (vanjska grupa) i to bi moglo dovesti do prepojednostavljenih presuda izraženih bez dovoljno informacija (= predrasuda) o njima.

3 Bifaktorijalne teorije o predrasudi

Ove teorije pretpostavljaju da se ponašanje proizišlo iz predrasuda sastoji od dvije komponente: **same predrasude** i **motivacija za suzbijanje istih (Crandall & Eshleman, 2003)**. Ljudi, pokušavajući da zadovolje ove dvije motivacije, pokazuju nestabilnost u svom ponašanju i nedosljednost u svojim mislima.

Istinska predrasuda. Istinska predrasuda je negativan stav, naučen tokom djetinjstva, koji motiviše radnju koja se ne temelji na racionalnim procjenama. To se uči u ranom djetinjstvu temeljem stavova roditelja. Na primjer, istinska predrasuda mogla bi biti misao da su ljudi različite rase intelektualno inferiorni / superiorni.

Faktori supresije. Motivacija za suzbijanje predrasuda predstavljena je implicitnom normom koja postoji u društvenom okruženju. Na primjer, uvjerenje da nije ispravno izražavati loše misli o ljudima druge rase.

Istinska predrasuda + Faktori supresije = Izražene predrasude

Na primjer, kada smo pod pritiskom ili uvrijeđeni, mogli bismo imati neugodne reakcije prema osobi druge rase (regresivni rasizam).

Strategije za smanjenje predrasuda: Teorija međugrupnih kontakata (Allport, 1954)

Prema Allport-u (1954), mehanizam putem kojeg se mogu smanjiti predrasude objašnjava se hipotezom o međugrupnom kontaktu. Prema autoru, smanjenje predrasuda moguće je ako se potvrdi kontakt između grupa. Pozitivan učinak kontakta moguć je samo ako su ispunjena četiri uslova:

- **Jednak grupni status** unutar situacije;
- **Zajednički ciljevi**;
- **Međugrupna saradnja**;
- **Podrška vlasti**.

Atletski timovi su često miješanih rasa, a česte bi mogle biti i epizode netolerancije. Da bi se smanjile predrasude, prema teoriji intergrupnih kontakata trebali bi biti prisutni sljedeći elementi:

- **Jednak status** – trener bi trebao obratiti pažnju da ne stvara nejednakosti među članovima grupe (npr. tretira sve članove grupe na isti način);
- **Zajednički ciljevi** – trener bi trebao usmjeriti pažnju grupe na postizanje zajedničkog cilja (npr. pobjedu u sportskoj sezoni);
- **Međugrupna saradnja** – trener bi trebao usmjeriti pažnju grupe na postizanje cilja (npr. "Najvažnija stvar ove godine će biti pobjeda u sezoni. Za postizanje ovog cilja, potrebni ste jedni drugima.");
- **Podrška vlasti** – trener treba da promoviše skup normi koje su jasno usmjerene na uzajamno poštovanje i sankcije neadekvatnog ponašanja.

JEDINICA 2. PREVENTIVNE STRATEGIJE

Socijalne programe karakteriše zajednička klasifikacija o efikasnosti strategije u sprječavanju ili smanjenju negativnih posljedica poremećajnih fenomena.

Klasifikacija preventivne strategije. Mogu se identifikovati tri nivoa prevencije:

- **Primarni** – prevencija djeluje na fenomen koji još nije potvrđen;
- **Sekundarni** – strategija prevencije ima za cilj smanjenje negativnog uticaja događaja koji se već dogodio;
- **Tercijarni** – strategija prevencije ima za cilj smanjenje negativnih posljedica hronične situacije.

U praksi se može identifikovati šest koraka za sprovođenje preventivne strategije, od identifikacije problema do njegovog rješavanja.

KORAK 1: Identifikujte problem. Za efikasnu preventivnu strategiju potrebna je dobra analiza problema koji želite da spriječite. Iz tog razloga trebalo bi da prikupite što više informacija kroz nekoliko kanala (posmatranje, internet, knjige itd.).

KORAK 2: Donesite odluku o nivou prevencije. Planiranje interventne strategije zahtjeva uspostavljanje nivoa prevencije koji želimo da sprovedemo na početku.

KORAK 3: Identifikujte moguće karakteristike koje smanjuju problem. Kada budete imali dovoljno informacija i odaberete nivo prevencije, možete uz pomoć drugih kolega razmisliti koje moguće funkcije mogu umanjiti problem. Jedan način je da se napravi brainstorming.

KORAK 4: Izradite preventivni plan. Izrada preventivnog plana omogućava vam da identifikujete aktivnosti koje bi mogle pomoći u procesu prevencije. Plan prevencije treba da se sastoji od:

- Cilja intervencije
- Aktivnosti
- Pokazatelja

KORAK 5: Implementacija. Tokom procesa implementacije bilo bi korisno posmatrati dinamiku grupe i praviti bilješke koje su korisne u procesu evaluacije.

KORAK 6: Evaluacija. U ovom procesu treba uraditi opštu evaluaciju preventivnog programa, posebno se fokusirajući na pokazatelje koji su uspostavljeni tokom KORAKA 4. Za evaluaciju, razmatranje bilješki uzetih tokom implementacije može biti korisno.

Primjer: Model javnog zdravstva

U Sjevernoj Karolini, prevencija nasilja bila je u fokusu pet državnih agencija koje su izradile model javnog zdravstva. Prema ovom modelu, strategija prevencije nasilja trebalo bi da se sastoji od četiri koraka:

- 1 Prva razmatra definiciju problema. Prepoznavanje koji je problem relevantan za zajednicu trebalo bi da bude od suštinskog značaja na početku.
- 2 Identifikacija rizika i zaštitnih faktora. U ovom je koraku važno prikupiti informacije o problemu definisanjem faktora koji predstavljaju rizik ili zaštitu u konkretnoj situaciji. To je moguće putem sljedećih akcija:

- korištenje postojećih informacija;
- samostalno prikupljanje podataka;
- naučiti šta drugi rade;
- utvrditi prioritet među faktorima.

Nakon što imate popis faktora rizika i zaštite, važno je uspostaviti redoslijed prioriteta među tim faktorima. To bi se moglo učiniti ako se uzmu u obzir sljedeće karakteristike:

- Važnost;
- Promjenjivost;
- Izvedivost;
- Uticaj.

3 Nakon što dobijete sve potrebne podatke, možete **razviti i testirati preventivnu strategiju**.

4 Na kraju, preporučuje se **široko usvajanje strategije**.

JEDINICA 3. SUKOB

Sukob je situacija u kojoj se dva ili više dijelova bore za nespojive interese. To je normalna situacija unutar i među grupama. Iz ovog razloga je korisno znati njegove karakteristike i način da se riješi. Jedan od mogućih načina objašnjava Sherif (1954) kroz Teoriju realističnog sukoba, koja je pokazala da do sukoba dolazi kada se dvije ili više grupa počnu takmičiti za ograničene resurse, predstavljajući neke strategije za poticanje saradnje.

Primjer – Eksperiment Robbers Cave

1954., Muzafer Sherif i njegova istraživačka grupa organizovali su trosedmični ljetni kamp u kome je učestvovalo 22 djece koja se nikada ranije nisu sreli. Svi učesnici imali su 11 godina i poticali su iz iste kulturološke, ekonomske, socijalne i vjerske pozadine. Djecu je podijelio u dvije grupe, pri čemu su se grupe međusobno ignorisale.

1. faza: Kohezija grupe – Prva faza sastojala se od osnivanja dvije odvojene grupe. Za podsticanje kohezije u svakoj grupi organizovano je mnogo aktivnosti i zadataka na rješavanju problema. Do sada, jedna grupa je ignorisala postojanje druge. Nakon jedne nedjelje, grupe su otkrile jedna drugu.

2. faza: Kontakt sa drugom grupom – Druga faza sastojala se od stvaranja nesloge između dvije grupe. Iz tog razloga, organizovano je mnogo takmičarskih aktivnosti, a neke nagrade su dodijeljene pobjedničkoj grupi; Kao posljedica toga, razlike unutar grupa i između grupa su bile vidljive i djeca su počela da se vrijeđaju, gdje je dolazilo i do fizičke agresivnosti i nasilja.

3. faza: Smanjenje nesloge putem kontakta – U ovoj fazi, grupe su počele veoma žestoko da se svađaju, pa su sprovedene neke intervencije za smanjenje nesloge; konkretno, Sherif je organizovao specifičnu situaciju za uspostavljanje kontakta kako bi jednu grupu upoznao sa drugom; međutim, sam kontakt nije bio dovoljan za smanjenje nesloge.

4. faza: Smanjenje nesloge putem nadređenih ciljeva – u cilju ostvarivanja zajedničkog nadređenog cilja (npr. problem sa vodom: u kampu nije bilo vode, a ljudi koji su vršili eksperiment tražili su od djece da sarađuju kako bi sanirali štetu), od djece se tražilo da sarađuju kako bi riješili problem zajednički svima njima, bez obzira da li su iz jedne ili druge grupe; Ova strategija otkrila je svoju efikasnost kada su djeca zamoljena da ili večeraju zajedno tokom posljednje večeri, ili da se vrate drugim autobusom dan kasnije. U psihološkoj literaturi ovo je poznato kao **Teorija realističnog sukoba**.

Prema **Teoriji realističnog sukoba** (Sherif, 1966), sukob nastaje kada se dvije ili više grupa takmiče za ograničene resurse. Da bi se riješio međugrupni sukob, puki kontakt nije dovoljan jer predrasude ostaju. Jedna od najjačih strategija je stvaranje nadređenih ciljeva koji promovišu akcije saradnje. Te su strategije učinkovite kada sukob traje duže vremena.

Strategije za upravljanje sukobom. Obzirom da je vjerojatno da će do sukoba doći tokom treninga ili utakmice, treneri bi trebali naučiti neke strategije za upravljanje sukobima.

- **Ostanite mirni** – naučite svoje sportaše da se ne ljute i da mirno upravljaju sukobom;
- **Ne zauzimajte stranu jednog sportaša** – Pokušajte da razumijete obje tačke gledišta i promovirate otvorenu komunikaciju tokom sukoba (ne važi za fizičke sukobe);
- Ako je sukob samo verbalni, **otvorite diskusiju pred ostalim članovima**;
- Ako je sukob fizički, **odvojite obje osobe u stranu i razgovarajte o sukobu sa njima, daleko od grupe.**

Sugestija:

Važno je da sportaši shvate da je dijalog pravi alat za rješavanje sukoba, a ne nasilja.

Strategije za prevenciju sukoba. Rad na predrasudama sportaša može dati zanimljiva rješenja za ono što se odnosi na učinkovite preventivne strategije.

- Trebalo bi poticati sportaše da konceptualiziraju ljude kao pojedince, a ne kao puke članove grupe;
- Sportašima treba pružiti izazov da prošire svoju percepciju o grupi, kako bi uključili one izvan neposredne grupe;
- Sportaše treba edukovati o raznim vjerskim perspektivama i praksama.

Sugestija:

Kada nastane sukob među djecom, ako sukob uključuje ozbiljna pitanja, potrebno je obavijestiti porodice o onome što se dogodilo. Pri tome se od trenera očekuje da obavijeste roditelje i dogovore se o sinergetskoj obrazovnoj strategiji.

JEDINICA 4. POSLJEDICE NASILJA I ISKLJUČENOSTI

Nasilje i isključenje štete pojedincu koji je žrtva. Iz tog je razloga važno znati koje posljedice mogu nastati kako bi se znakovi odmah prepoznali.

Kratkotrajni učinci

Djeca izložena nasilju ili isključenosti obično pate od sljedećeg:

- Stres;
- Depresija;
- Bepomoćnost;
- Neosjetljivost na nasilje koje se događa u budućnosti;
- Pokazivanje nebrige za druge;
- Nasilnost.

Važno je naučiti kako prepoznati znakove nasilja, jer učestale nasilne epizode ili neriješena prošla trauma mogu biti determinante ozbiljnih psiholoških problema kod pojedinca.

Dugoročni učinci

Dugoročno gledano, vjerovatnije je da će tokom svog razvoja pojedinci patiti od sljedećeg:

- Zloupotreba droga i alkohola;
- Loše mentalno zdravlje;
- Rizično seksualno ponašanje;
- Krivične radnje;
- Nasilno roditeljstvo.

Naučne perspektive

Istraživanje je pokazalo da ako odrasli pomažu djeci da identifikuju negativne emocije i generišu pozitivne odgovore, njihova emocionalna inteligencija se poboljšava (Smith & Sandho, 2004). U tim programima negativne emocije se vide kao prilika za razumijevanje.

Trener treba pomoći djeci u prepoznavanju i istraživanju njihovih emocija i u razvoju društveno odgovarajućih emocionalnih reakcija.

U stvari, nemogućnost integrisanja negativnih emocija u dječje iskustvo je povezana sa potencijalno štetnim posljedicama, poput depresije i smanjene efikasnosti imunološkog sistema.

Važno je usmjeravati djecu u procesu prepoznavanja emocija, jer oblici poput zabrinjavajuće ili ruminativne misli mogu imati negativan učinak i povećavanje same negativne emocije (Pennebaker, 2004). Istraživanja pokazuju da oni koji efikasno procesuiraju emocije, to mogu i sa:

- **Jasnošću:** sposobnost prepoznavanja neke emocije;
- **Emocionalni popravak:** sposobnost rješavanja emocionalnih problema.

Neke studije otkrivaju da mladima nedostaje afektivni vokabular i s njima povezana emocionalna svijest potrebna za konstruktivno rješavanje sukoba (Heydenberk & Heydenberk, 2005).

Program za prevenciju zlostavljanja

Cilj programa za prevencije zlostavljanja bio je razviti program obuke za djecu koji bi im mogao pomoći u pozitivnom rješavanju sukoba.

Provedene su neke posebne aktivnosti obuke:

- Prijava
- Miroljubivo biće
- Krug za rješavanje sukoba
- Dnevници mirnog ponašanja

Prijava. Na početku svakog dana sva djeca su ohrabrivana da izražavaju svoje emocionalno stanje, dajući informacije kroz „I-poruke“ („Osjećao/la sam se...“, „Bio/la sam ...“, i tako dalje).

Cilj je dvostruk: sa jedne strane djeca uče da daju imena svojim emocijama; s druge strane, počinju razumijevati emocije drugih, razvijajući empatiju. Međutim, djeci nije dozvoljeno da koriste „I-poruke“ za pritužbu na i krivljenje drugih ljudi.

Miroljubivo biće. Djeca su morala izgraditi siluetu u prirodnoj veličini. Kasnije su od njih tražili da daju primjere pozitivnog ili negativnog ponašanja. Za svako od tih negativnih ponašanja, od njih se tražilo da razmišljaju o alternativnim, pozitivnim ponašanjima, koja su zapisana na silueti i korištena kao trajni podsjetnik za odgovarajuću interakciju s drugima.

Krug za rješavanje sukoba. Mali plastični prsten nalazio se usred razreda i nekoliko djece je zamoljeno da ostanu izvan njega i riješe hipotetičke sukobe. Utvrđena su neka pravila, poput:

- svako dijete treba da razgovara o svojoj verziji problema, bez prekidanja od strane drugih;
- svako dijete treba da preformuliše razumijevanje perspektive drugog;
- sukobljene strane sarađuju kako bi pronašli prihvatljivo rješenje problema.

Dnevnici mirnog ponašanja. Od djece se tražilo da vode dnevnik mirnog ponašanja, u koji su periodično morali crtati Miroljubivo biće, upisivati riječi da bi izrazili svoje osjećaje i crtati prikaze mirnog ponašanja.

Rezultati programa pokazali su da je ovaj nastavni plan i program pomogao smanjenju fizičkog i verbalnog nasilja unutar razreda gdje se primjenjivao program.

JEDINICA 5. PROMOCIJA POŠTOVANJA KROZ GRUPNU DINAMIKU

Pristup pozitivnom razvoju mladih (PYD)

PYD perspektiva posmatra djecu i adolescente kao resurse koji se trebaju razvijati umjesto probleme kojima se treba upravljati. Prevencija negativnog ponašanja se vrši promocijom vještina, kompetencija, vrijednosti i zdravog ponašanja, a fizička aktivnost je savršen domen za postizanje ovih ciljeva.

PYD pristup sugerise da se sredstva (empatija, vještina odnosa s vršnjacima, vještina timskog rada), kompetencije i atributi moraju svjesno i sistemski poučavati, vježbati, poboljšavati i primjenjivati, a isto se odnosi i na motoričke sposobnosti.

Ovaj pristup uspostavlja “5 C-ova”:

- **Competence/Kompetencija** – socijalne, akademske, kognitivne vještine;
- **Confidence/Samouvjerenost** – samoeфикаsnost, globalno samopoštovanje;
- **Character/Karakter** – poštivanje društvenih i kulturnih normi;
- **Connection/Konekcija** – pozitivne razmjene između vršnjaka, porodica, škola i zajednica;
- **Caring/Briga** – prihvatanje osjećaja empatije i saosjećanja;

Kada se postigne svih “5 C”, šesto **C (Contribution/Doprinos)** se može vježbati.

Ovaj pristup ima mnogo prednosti:

- Obezbeđuje jasna i konzistentna pravila i očekivanja;
- Pruža mogućnosti za učenje i poboljšanje fizičkih, socijalnih i psiholoških kompetencija;
- Pruža informativne povratne informacije zavisne od performansi;
- Pruža mogućnosti da se u budućnosti bude topla, brižna i osoba puna poštovanja.

Primjer "Fair-play/Fer igre za djecu"

"Fair-play for kids/Fer igra za djecu" je kanadski sportski program koji ima za cilj promociju poštovanja među djecom kroz sljedeća načela:

- Poštivanje pravila;
- Poštovanje službenika i njihovih odluka;
- Poštovanje protivnika;
- Pružanje jednake šanse svim pojedincima za učešće;
- Održavanje samokontrole stalno.

Primjer aktivnosti koju je uveo program bio je "Trčeca cipela za rješavanje problema".

"Trčeca cipela za rješavanje problema" (Gibbons, Ebbeck, & Weiss, 1995)

Četiri područja, koja su "problem", "alternative", "posljedice" i "rješenje", predstavljena su na velikoj cipeli nacrtanoj na papiru. Djeca moraju biti poučena da koriste ovu trčecu cipelu za rješavanje problema kako bi im pomogla u rješavanju konfliktnih situacija. Kad neko izgubi samokontrolu ili se ponaša nepravedno, on ili ona može otići do „klupe za slušanje“ i ući u trčecu cipelu ili govoriti u magnetofon i djelovati kao vršnjački savjetnik za studente koji su uključeni u nefer igru koristeći trčecu cipelu kako bi pomogli da se razgovorom riješi problem.

Drugi način da se promoviše poštovanje među sportašima koristeći grupnu dinamiku je organizovanje nekih događaja kako bi se proslavila različitost i prepoznala kao dodatna vrijednost. Na ovaj način je moguće stvoriti grupnu klimu zasnovanu na prihvatanju jednostavnim učešćem u nekim aktivnostima ili kampanji.

Primjer: Kampanja poštovanja (2008)

Sport je nadaleko prepoznat kao sredstvo za promociju poštovanja. Jedna od politika koju je UEFA angažovala tokom 2008. godine bila je Kampanja poštovanja. Ova kampanja imala je za cilj promovisanje poštovanja javnim angažovanjem najpoznatijih fudbalera prikazivanjem logotipa na njihovim majicama i igranjem pošteno tokom utakmica.

"Poštovanje" je bilo zamišljeno kao promocija pozitivnog stava prema:

- Rasnim razlikama;
- Fizičkoj invalidnosti;
- Spolnim razlikama.

Ova se kampanja može poslužiti kao primjer za organizovanje promotivnih događanja unutar sportskih klubova.

PITANJA SAMOKONTROLE

Opišite koji mehanizmi mogu utvrditi sukob unutar sportske grupe.
Opišite kako je moguće smanjiti predrasude u grupi.
Opišite na kakav sukob možete da naiđete tokom treninga tima.
Opišite glavne strategije za rješavanje sukoba u skladu sa njihovom prirodom.

ODJELJAK O ZNANJU/SA ZADACIMA

STUDIJA SLUČAJA. Sukob

Akteri: Trener, Dijete 1 (napadač), Dijete 2 (žrtva)

Tehnički aspekti: Ova igra uloga sastoji se od interpretacije uloga u sceni, usvajanjem perspektive uloge. Tako će jedan od vas glumiti Trenera, a dvoje od vas glumiti Dijete 1 i Dijete 2.

Situacija: Dijete 1 i Dijete 2 igraju fudbalsku / košarkašku utakmicu. Dok igraju, Dijete 2 izbija loptu Djetetu 1. Odmah nakon toga, Dijete 1 iz određenih razloga počinje vrijeđati i udarati Dijete 2. Dijete 2 ne razumije zašto se Dijete 1 ponaša na takav način i počinje da se žali na nasilnu gestu. Trener prati utakmicu, ali datu scenu nije vidio. Scenarij koji trener gleda čine dvoje djece koja plaču, viču i verbalno se svađaju.

Zadatak: Trener treba da riješi sukob, a djeca treba da razumiju šta nije u redu sa njihovim ponašanjem.

Pitanja za ispitivanje:

- Kako ste se osjećali tumačeći ulogu Trenera / Djeteta 1 / Djeteta 2?
- Koji su glavni problemi unutar uloge koju ste tumačili?

REFERENCE

- Adorno, T. W., Frenkel-Brunswik, E., Levinson, D. J., & Sanford, R. N. (1950). Autoritarna ličnost.
- Allport, G. W., Clark, K., & Pettigrew, T. (1954). Priroda predrasude.
- Crandall, C. S., & Eshleman, A. (2003). Model opravdanja i potiskivanja izraza i iskustva predrasuda. *Psihološki bilten/Psychological bulletin*, 129(3), 414.
- Rokeach, M. (1960). Otvoreni i zatvoreni um.
- Tajfel, H., & Turner, J. (1986). JC (1986). Teorija socijalnog identiteta međugrupnog ponašanja. *Psihologija međugrupnih odnosa/Psychology of intergroup relations*, 7–24.
- Robbers Cave eksperiment: <https://www.youtube.com/watch?v=8PRuxMprSDQ>
- Univerzitet u Oklahomi. Institut za grupne odnose, & Sherif, M. (1961). *Intergrupni sukob i saradnja: Eksperiment Robbers Cave* (Svezak 10, str. 150–198). Norman, OK: University Book Exchange.
- Bourgase B. Sukob unutar timova. Trener Brock Bourgase.
- Dan. (2017). [Igranje mirovnjaka: Savjeti za rješavanje sukoba između igrača](#). Steellocker Sports.
- Hedstrom R. [Treniranje kroz sukob: učinkovite strategije komunikacije](#). Udruženje za primijenjenu sportsku psihologiju/Association for Applied Sport Psychology.
- Meredith J. (2016). [Naučite svoje mlade sportaše kako da se bore](#). SAD fudbal/USA Football.
- Snider J. (2016). [Što učiniti kad se ne slažete sa saigračem](#). Ljetni kampovi budućih zvijezda/Future Stars Summer Camps.
- Richter, L. M., Mathews, S., Kagura, J., & Nonterah, E. (2018). Longitudinalna perspektiva nasilja u životima južnoafričke djece od rođenja do dvadeset plus - kohortna studija u Johannesburg-Soweto. *Južnoafrički medicinski časopis/South African Medical Journal*, 108(3), 181–186.
- Lerner, R.M., & Lerner, J.V. (2006). Prema novoj viziji i rječniku o adolescenciji: teorijske, empirijske i primijenjene osnove perspektive „Pozitivnog razvoja mladih“. U L. Balter i C.S. Tamis-LeMonda (ur.), *Dječja psihologija: priručnik savremenih pitanja* (str. 445–469). New York: Psychology Press
- Weiss, M. R. (2011). Naučite djecu dobro: holistički pristup razvoju psihosocijalnih i bihevioralnih kompetencija kroz fizički odgoj. *Quest*, 63(1), 55–65.



Sport Against Violence and Exclusion

STUDIJE SLUČAJEVA

I. STUDIJA SLUČAJA

UVOD

POZADINA

Tokom finalne fudbalske utakmice, sa izjednačenim rezultatom, dosuđen je penal jednom od timova. U timu kom je nad igračem napravljen faul, došlo je do verbalnog sukoba između saigrača zbog penala, koji je trebalo riješiti. Završna igra turnira igra se za kadete; drugo poluvrijeme je uzbudljivo. Sa izjednačenim rezultatom 1 : 1, nad veznim igračem u kaznenom prostoru je napravljen faul. U ovom trenutku saigrač veznog igrača uzima loptu, a kao najbolji napadač insistira na tome da izvede penal. Ne želi da bilo ko drugi izvede penal sa argumentom da je postigao najviše golova, i da bi zbog toga trebao da izvede penal.

Zbog toga nastaje verbalni sukob. Vezni igrač nad kojim je napravljen faul to ne želi dozvoliti jer misli da bi trebalo da on izvede penal jer je nad njim napravljen faul. Nakon kratke svađe, trener upućuje trećeg igrača da izvede penal.

EVALUACIJA SLUČAJA

Razlog zbog kojeg je došlo do ovog sukoba je želja igrača da se dokažu u očima trenera, saigrača, porodice i tako dalje. Zbog toga dolazi do verbalnog sukoba koji utiče na čitav tim, ali i na navijače. Glas razuma je nešto što obojici igrača nedostaje u onim iscrpljujućim posljednjim minutama igre, a to je najverovatnije razlog što oba igrača reaguju emotivno na cjelokupnu situaciju. Jedan od razloga je i zavist, jer bolji igrači imaju više minuta na terenu.

PREDLOŽENO RJEŠENJE/IZMJENE

Trener je izabrao trećeg igrača da izvede penal jer čvrsto vjeruje da je njegov izbor najbolji izbor za tim koji ne narušava cjelokupnu atmosferu istog. Budući da je nastao sukob koji širi lošu energiju, trener sa iskustvom odlučuje da nijedan od dva igrača neće izvesti penal za kaznu i kao primjer za slične situacije u budućnosti. Lično iskustvo pokazuje da je to čest slučaj u sportu, posebno u mlađim kategorijama, jer je želja za dokazivanjem velika i samo uzrokuje probleme poput ovog.

PREPORUKE

Budući da govorimo o mlađim kategorijama, igranje i trening vježbe su važniji od jedne jedine utakmice zbog kasnijeg razvoja djece u fizičkom i društvenom smislu. Preporuke za rješavanje ovog problema su komunikacija, stalni razgovori o pravilima ponašanja na terenu, o fer igri i razumijevanju važnosti timskog duha i saradnje. Trener treba da organizuje razgovore i sastanke i da jasno govori kako bi svi učesnici razumjeli. O pravilima i mogućim sankcijama treba razgovarati najviše. Trener bi ta pravila trebalo da uključi i u igre, tako da svi mogu sagledati situacije iz više uglova.

PRIJEDLOG VJEŽBE ZA RJEŠAVANJE PROBLEMA

Naziv vježbe: Kazneni prostor

Pravila igre. Oba igrača u sukobu su golmani, a ostali saigrača pucaju loptu sa ivice kaznenog prostora od 16 metara. Ako lopta pogodi vratnicu ili jednog od dvojice golmana na udaljenosti većoj od 5m, ali u okviru 16m,

igrači mogu dodati loptu jedan drugom i pucati na gol. Golmani stoje na području označenom sa 5 m, a ako bace loptu rukom izvan tog područja, dosuđuje se penal. Ako golmani odbiju loptu izvan terena, dosuđuje se korner. Ako se lopta odbije izvan okvira od 16m, napad se zaustavlja. Svaki igrač sa napadačke strane ima pravo pucati samo jednom na gol, a na kraju serije pokušaji i golovi se računaju. Za svaki gol napadač dobija 1 poen, a za svaku odbranu golmana, golman dobija 1 poen. Pobjeđuje strana sa najviše poena. Tim koji izgubi mora da čisti teren tokom nekoliko sljedećih treninga.

Varijacije. Umjesto fudbala, igra se košarka, ali novo pravilo je da se rukama daje koš.

Rješenje problema. Budući da dva sukobljena igrača stavljamo u jedan tim, mi ih usmjeravamo da koriste saradnju i grade tim. Takođe ih stavljamo u neobičan položaj kao golmane da bi ih primorali da situaciju vide iz drugog ugla. Takođe, objasnili smo da je krajnji rezultat jedino što je važno, a ne način na koji ste stigli do rezultata. Zbog toga smo ih motivisali da razmišljaju o ishodu za cijeli tim, a ne samo za sebe.

II. STUDIJA SLUČAJA

UVOD

Izrada slučaja - Roditeljsko agresivno ponašanje u dječjim takmičenjima

Djeca u ranoj adolescenciji suočavaju se sa velikom anksioznošću i stresom tokom takmičenja, prije i tokom takmičenja, kao i poslije takmičenja. Često se ova psihosocijalna stanja pojačavaju neprimjerenim ponašanjem roditelja koji direktno posmatraju svoju djecu.

POZADINA

Igra se ženska (za 11-godišnjakinje) košarkaška utakmica koju nadgleda predstavnik košarkaškog saveza u roditeljskoj tribini. Roditelji (grupa od 3 do 5 roditelja) podržavaju igru svojih kćeri aplauzom i uzbuđenjem, i pokušavaju da spriječe suparničke saigrače da igraju ponižavajućim povicama, zviždalkama i trešenjem nogu. U protivničkom timu je djevojčica koja se ističe visinom i boljom kondicijom. Jedan od roditelja počne glasno vikati na svoju kćerku koja brani pred većom djevojčicom: "Zaustavi to čudovište, ne dozvoli proboj kravi". Takvi uzvici traju 3-5 minuta. Nezadovoljan, predstavnik košarkaškog saveza pokušao je da posrami dotičnog oca, ali ga je otac samo ispsovao. Ni treneri timova, ni sudije nisu intervenisali u sukobu. Nakon utakmice, treneri su upitani zašto nisu pokušali riješiti navedenu situaciju, u kojoj je bilo očigledno nasilje (verbalno nasilje), pri čemu je njihov odgovor bio da je ta situacija normalna (često se ponavlja) u dječjim takmičenjima.

EVALUACIJA SLUČAJA

U ovoj analiziranoj epizodi vidimo 5 aktivnih aktera (osim suparničke djece) koji mogu donositi odluke koje smanjuju nasilje i isključenost (predstavnik košarkaškog saveza (1), treneri oba tima (2), suci (3), otac neprihvatljivog ponašanja (4), drugi, isti tim koji podržava roditelje (5)).

Put koji je predstavnik košarkaškog saveza odabrao da posrami agresivnog oca nije donio nikakve rezultate, jer je on (četvrti lik) nastavio vikati na suparničku ekipu i nepravilno ohrabrivati svoju kćerku. Tokom sukoba ona nije dobila podršku drugih aktera.

PREDLOŽENO RJEŠENJE/IZMJENE

Moralni utjecaj na jednog od agresivnih roditelja vjerojatno neće dati pozitivne rezultate, pa je isti neophodan prije, tokom i nakon utakmice.

Uticaj prije utakmice. Košarkaški savez mora da izradi plan mjera za borbu protiv agresivnog i ekskluzivnog ponašanja roditelja koji gledaju utakmicu.

Prije utakmice, trener mora da razgovara sa roditeljima svog tima kako uljudno i ažurno mogu podržati igru svog tima, a da pri tom ni na koji način ne ponižavaju igru protivničkog tima.

Prije utakmice, sudija treba da obavijesti roditelje o neprimjerenom ponašanju tokom utakmice.

Trenutačni uticaj tokom utakmice:

a) Sudac informator nakon prve uvredljive akcije mora upozoriti i osobu neprimjerenog ponašanja i njegov (otac neprimjerenog ponašanja) tim, trenera i rukovodstvo tima o daljnjim sankcijama.

b) Ako otac nastavi biti nasilan prema igraču suparničkog tima, organizatori zaustavljaju utakmicu i uklanjaju nasilnog oca iz arene uz pomoć sigurnosnih službi.

Mjere nakon utakmice. Incident treba razmotriti na nivou rukovodstva tima (djeca ne bi trebala učestvovati tom prilikom), a također bi i vođe lige u kojoj oba tima igraju trebali zauzeti aktivnu poziciju, te o incidentu treba razgovarati i na roditeljskom sastanku tima.

Ovaj incident pokazuje da roditelji kroz svoju djecu ostvaruju svoje neostvarene težnje, pa biraju nemoralna sredstva za postizanje cilja s puno verbalne agresije. S druge strane, sport izaziva vrlo snažne emocije, i pozitivne i negativne, koje je emocionalnom inteligencijom vrlo teško kontrolisati. Štaviše, otac promatra svoju kćer, suočen s poteškoćama u obrambenoj igri. Treći važan razlog je post sovjetski koncept sporta, u kom je pobjedu po svaku cijenu promovisao i sam sistem, a posebno treneri.

Preporuke. Svih pet strana uključenih u sukob moraju biti uključene u ovu strategiju rješavanja sukoba: 1) roditelji oba tima; 2) treneri oba tima; 3) suci na utakmicama; 4) organizator događaja; 5) djeca oba tima.

Roditelji trebaju predavanja o prevenciji nasilja i isključenosti - diskusije na početku ciklusa obuke (u našem slučaju - jesen), drugim riječima učinkovit i moderan program obrazovanja roditelja.

Treneri također trebaju predavanja za sprječavanje nasilja i isključenosti prije početka ciklusa treninga (u našem slučaju ljeti). S druge strane, sportske institucije za treniranje koje djeluju u sportskim i obrazovnim sistemima, kao i privatne, moraju imati dobro obučeni tim specijalističkih savjetnika, koji znaju reagovati na ovu i slične situacije.

Potrebno je da suci održe posebna predavanja o načinu suđenja u dječjim takmičenjima kako bi se smanjilo nasilje i isključenost u dječjem sportu.

Za administratore sportskih baza i ostale organizatore događaja, održati niz predavanja o sigurnosti i stvaranju neagresivne atmosfere na dječjim sportskim takmičenjima.

Pripremiti letak za djecu i ali ih postaviti i na očigled svima jer se sva djeca, roditelji, treneri moraju pravilno ponašati tokom sportskih takmičenja. Djeca su posebno zahtjevna kada je u pitanju ponašanje njihovih roditelja, a ovo će biti još jedan poticaj za njihove roditelje da se ne ponašaju pogrešno pred svojom djecom. S druge strane, koristeći iskustvo stečeno iz ragbija, preporučljivo je organizovati "treću četvrtinu" ili after party nakon dječje sportske utakmice (košarka, fudbal, hokej na ledu i druge igre), tokom koje će se igrači oba tima, roditelji i treneri, suci, organizatori razgovarati o utakmici i nagraditi djecu koja su učestvovala u duhu fer igre, izražavati želje sucima i organizatorima u vezi sa budućim susretima na sportskom terenu.

Finalizacija slučaja. Smatramo da je situacija opisana jasno i direktno pokazuje negativne manifestacije u dječjem sportu. S druge strane, s obzirom da je ovu situaciju opisao bivši istaknuti košarkaš i trener sa radnim iskustvom u drugim zemljama, gdje roditelji (mnogo manje agresivno diskriminišu igrače suprotnog tima) podržavaju svoju djecu, vjerujemo da ovaj problem mora biti riješen što je prije moguće u Litvaniji.

III. STUDIJA SLUČAJA

UVOD

Tokom trening-utakmice dijete nije dodalo loptu drugom igraču, koji je reagovao vrijeđajući ga zbog njegove nacionalnosti, vičući mu da se vrati u svoju matičnu zemlju. Glavno pitanje je kako upoznati djecu sa težinom ove vrste uvreda.

POZADINA

Palermo je grad u kom postoji nekoliko kultura, a nedavna migracija dovela je do nekih problema u integraciji djece migranata. Konkretno, tokom treninga uobičajeno je čuti neke rasne uvrede koje imaju teške posljedice po djecu migrante.

Tokom fudbalskog treninga, osmogodišnje dijete migranata nije uspjelo da doda loptu svom saigraču, koji je reagovao vrijeđajući ga zbog njegove nacionalnosti. Žrtva je reagovala plačući i pokušavajući da gurne onoga koji ga je vrijeđao. Stoga je situacija bila zaista stresna i za djecu i za trenera koji ih je sve pokušavao smiriti.

EVALUACIJA SLUČAJA

U ovoj situaciji, akteri su bili uvrijeđeni sportaš, sportaš prijestupnik, cijeli tim kao publika i trener koji je morao da upravlja čitavom epizodom. U ovoj konfiguraciji dva glavna nivoa djeluju zajedno. Prvi je neposredna reakcija oba djeteta, posebno ona prijestupnika koji je reagovao verbalnom agresijom. Drugi je transformacija timske klime, koja je u početku bila takmičarska a poslije agresivna.

Tokom ove situacije, samo okrivljavanje prijestupnika nije moglo biti efikasno, pošto on/ona ne razumije problem koji stoji iza uvrede, niti koncept ljutnje i ponižavanja.

Strategija koja je bila efikasna bila je ostati miran i promisliti o značenju uvreda. Trener je tražio od prijestupnika da jasno objasni značenje uvreda, kako bi razumio/jela da se bol može nanijeti riječima.

Djeca moraju da razumiju kako da u prvi mah kontrolišu ljutnju i ne vrijeđaju, posebno se u kontekstu rasnih sadržaja. Štaviše, ponovo bi trebalo uspostaviti mirno raspoloženje.

PREDLOŽENO RJEŠENJE/IZMJENE

U ovoj specifičnoj situaciji bilo bi optimalno raditi na značenju epizode i na empatiji pojedinca i grupe.

U početku bi razmišljanje o značenju uvreda moglo biti korisno tokom čega trener treba da traži od djece da naprave krug držeći se za ruke svojih saigrača, za stvaranje emocionalne povezanosti u grupi i da se prepoznaju u njoj. Sva djeca treba da pruže racionalno objašnjenje riječi koje je rekao prijestupnik, uključujući i samu uvredu. Nakon prikupljenih definicija, sva djeca moraju da se zamisle u ulogi žrtve i da objasne kako bi se osjećala u tom položaju. Na ovaj način bi se trebale smanjiti negativne posljedice za žrtvu jer je to način dobijanja razumijevanja grupe, dok prijestupnik treba da objasni razlog zašto smatra da su izrečene riječi povezane sa neuspjehom tokom utakmice. Trener ih mora pustiti da razumiju šta se odnosi na igru, a šta ne.

Potom se od prijestupnika traži da se izvini ako vjeruje da je učinio/la nešto pogrešno, ali samo ako tako iskreno misli. U slučaju negativnog odgovora, trener bi trebao ponovo raditi na razlogu odbijanja da se izvini, jer to znači da dijete nije u potpunosti razumjelo problem. U slučaju pozitivnog odgovora, trener treba s entuzijazmom potaknuti grupni zagrljaj, jer je grupa uspješno prepoznata kao čvrsta i sposobna uključiti sve.

PREPORUKE

Ova strategija treba neke preporuke: prije svega, upravljanje ovim epizodama nije lako, jer trener ne poznaje porodičnu istoriju ljudi koji su u njih uključeni, i ne predlaže se da zamišlja ili se pretvara da je unaprijed zna.

Kada razgovarate sa grupom, sve članove treba jednako tretirati, pa se preporučuje da se ne preuveličavaju radnje koje počinu i prijestupnik i žrtva. Prijestupnik ne treba da se osjeća previše krivim, niti žrtva kao prevelika žrtva.

Konačno, ako se problem nastavi ili se dogodi često puta, trener bi trebao duboko poraditi na grupnoj situaciji, jer možda uzroci sukoba mogu biti posljedica dubljeg problema.

IV. STUDIJA SLUČAJA

UVOD

Ova studija slučaja opisuje specifičnu situaciju koja je dovela do ekskluzivnog ponašanja djece u timskom sportu. Jedan od učenika predstavio je ovaj primjer tokom programa obuke, a u okviru grupe se razgovaralo o mogućim rješenjima.

POZADINA

U ekipi mlađih kadeta jedna od djevojčica je uvedena u tim kasnije u sezoni, prebacila se iz drugog kluba, a ostale djevojčice poznavale su je kao prethodnu rivalku. Kada je počela da trenira sa njima, tim ju je isključio, nije provodio vrijeme sa njom i počeli su međusobno da je ogovaraju.

Ova situacija se desila na početku sezone treniranja, nedugo pred početak ligaških utakmica i turnirskih takmičenja. Pošto je većina djevojčica već neko vrijeme trenirala prije nego što je nova djevojčica postala dio tima, razvili su grupnu dinamiku i prijateljstva i bili veoma zatvorena grupa. Nova djevojčica imala je približno slične tehničke vještine i taktičko znanje. Ključni problem je bio što djevojčica koja je igrala na njenoj poziciji do njenog dolaska nije imala konkurenciju unutar tima.

EVALUACIJA SLUČAJA

Ovo je tipičan primjer socijalnog isključenja i relacijske agresije koji se češće događa među djevojčicama. Ključno pitanje koje su iznijeli naši učesnici programa obuke bila je uloga trenera u ovoj situaciji i što on ili ona mogu učiniti kako bi riješili takvo ponašanje i njegove posljedice.

Specifični problem koji se ovdje dogodio bila je slaba priprema trenera za ovu novu situaciju. Nije očekivao probleme i nije pripremio sebe niti svoj tim za dolazak nove djevojčice u tim. Slijedom toga, djevojčice su novu djevojčicu nastavile doživljavati kao svoju konkurenciju i oformile su defanzivno ponašanje prema njoj. Socijalnu isključenost na neki način pokrenula je djevojčica iz tima koja je igrala na istoj igračkoj poziciji, a koja je pokrenula ogovaranje i isključenje nove djevojčice kako bi održala svoju poziciju u timu.

PREDLOŽENO RJEŠENJE/IZMJENE

Rješenje ovog problema mora ići u nekoliko smjerova, prema specifičnoj edukaciji trenera, prema timu kao jedinici, prema njihovim komunikacijskim i saradničkim sposobnostima, prema roditeljima, prema djevojčici koja je inicirala isključenje i naravno, prema djevojčici koja je doživjela isključenost i prema njezinim roditeljima.

Prije svega, trener se mora pripremiti za takve promjene i unaprijed mora razviti strategiju za uključivanje novog člana tima u homogene grupe. U ovom području mogu biti korisni različiti izvori literature predstavljeni tokom pilot edukacije. Dobre komunikacijske vještine, podučavanje razumijevanju, saradnji, toleranciji i važnost razvijanja zdrave konkurencije među članovima tima u različitim sportskim aspektima mogu biti dobar preduslov za izbjegavanje pojave socijalne isključenosti. Također, trener bi trebao razgovarati sa svojim timom o mogućnosti dovođenja novog člana, lično predstaviti novog člana tima i dati timu vremena da prihvati novog člana, kao i naučiti novog člana svojim trenerskim navikama. Prvih nekoliko treninga novi član tima ne bi trebao sam da bira svog partnera za trening, a treninge treba prilagoditi nekim vježbama koje uključuju cijeli tim koji radi kao zajednica na rješavanju problema ili postizanju dobrog rezultata. Ovakve vrste treninga treba objasniti timu navodeći igračima kako mogu biti dobri, kako mogu postići dobre rezultate i dobiti pohvale od trenera, a ne samo dobre sportske rezultate. Također, bilo bi uputno razgovarati direktno s djevojčicom koja bi se mogla osjećati najugroženijom zbog nove djevojčice, kao i njenim roditeljima. Nova djevojčica također bi trebala znati pravila tima i trebala bi osjećati od samog početka da ima punu podršku trenera i roditelja kako bi tranzicija bila lakša.

Rješenje ovog problema je dobra priprema, ne samo od strane trenera, već i od članova tima i njihovih roditelja. Komunikacija je ključna. Specifična situacija dogodila se jer trener nije bio spreman i nije očekivao da će se dogoditi isključenje. Kada je došlo do isključenja, morao je reagovati brzo i bez dovoljno priprema. Postoji nekoliko vrlo zanimljivih vježbi tima koje su naši učesnici predložili kao način razvijanja tolerancije i saradnje i osjećaja povezanosti među članovima tima. Jedna od njih se zove "*Zajedno smo uspješniji*". Sastoji se od takmičenja u trčanju tokom kojeg dva ili više članova tima moraju međusobno balansirati loptu, a sve tokom trčanja i takmičenja protiv ostalih članova tima. Ova igra povezuje članove tima i daje im percepciju kohezije i snage koju im daje saradnja. Također im pruža dobru priliku za komunikaciju kako bi pronašli najprikladniji način balansiranja lopte.

PREPORUKE

Osnovne preporuke na primjeru ove studije slučaja su bolja priprema trenera i bolja komunikacija između trenera, njegovog tima, određenih igrača i roditelja. Također, preporuka bi bila prilagoditi proces treniranja dolasku novog člana i pokušati dati novom članu osjećaj sigurnosti i podrške dok se on ili ona još uvijek pokušava uklopiti u tim.

V. STUDIJA SLUČAJA

UVOD

Opišite postojeći problem. Tokom košarkaškog treninga jedan član tima se namjerno ignoriše. Ostali članovi tima nisu voljni da mu dodaju loptu i potpuno ga ignorišu. Dijete postaje sve agresivnije i na kraju oduzme loptu od svojih saigrača na vrlo agresivan način. To rezultira sukobom među članovima tima, pa čak i fizičkom agresijom. Kako se ispostavilo, član tima, kojeg se ignoriše, prethodno se posvađao sa nekim od članova svog tima. Trebao je da čuva neku tajnu, ali umjesto toga rekao je svima u timu. To je izazvalo veliki sukob među svim članovima tima, ali konkretno, osjećaj nepovjerenja i razočaranja.

Iz tog razloga su ga ignorisali i članovi tima su ga željeli kazniti jer se ne drži dogovora.

IDENTIFIKUJTE DVA ILI TRI MOGUĆA RAZLOGA

Sukob tokom košarkaškog treninga počeo je van terena, ali lako je prenijet u samu igru. Razlog za sukob je mnogo dublji od želje nekih članova tima da kazne svog prijatelja zbog onoga što je učinio. Ukorijenjen u osjećaju nepovjerenja i razočaranja koji je nastao među članovima njegovog tima. U sportu je međusobno povjerenje je vrlo važan element.

PREDLOŽENO RJEŠENJE I PREPORUKE

Trener bi trebao prekinuti trening, a da pritom ne izdvaja ni jednog od članova tima. Pitanje povjerenja i timske igre trebalo bi se riješiti, ali kao generalni koncept. Ako je izgubljeno povjerenje, trener treba dati neke prijedloge i preporuke u slučaju osobe čije je povjerenje izgubljeno i u slučaju osobe koja je zloupotrijebila povjerenje. Trening bi trebao biti nastavljen, ali ne kroz aktivnosti koje zahtijevaju timsku igru. Nakon treninga, trener bi trebao privatno pričati dvojici članova tima koji su u sukobu i koji su pokrenuli atmosferu nepovjerenja među članovima tima i pokušati riješiti sukob na prijateljski način.

PRIJEDLOG VJEŽBE ZA RJEŠAVANJE PROBLEMA

Naziv vježbe: Vodi me do pobjede.

Pravila igre: Članovi tima podijeljeni su u parove. Jedan dio terena koristit će se kao poligon za obuku s preprekama (što je više prepreka to bolje). Jedan će učesnik imati povez na očima (i ne smije unaprijed vidjeti poligon s preprekama), a drugi učesnik ga vodi. Pravilo je da osoba koja vodi kolegu s povezom na očima ne smije da ga dodiruje, već koristi riječi kako bi ga sigurno vodila do cilja. Pobjeđuje prva ekipa koja pređe završnu crtu. Prepreke se ne smiju premještati ili dirati.

Varijacije: U slučaju manje djece, prepreke bi trebale biti izrađene od mekšeg materijala, kako bi se izbjegle ozljede.

Rješavanje problema: Ova igra temelji se na povjerenju u vašeg partnera da vas sigurno dovede do cilja. Oba učesnika vodi potreba za pobjedom i moraju se osloniti jedni na druge kako bi to postigli. Više prepreka i njihova složenost rezultirat će jačom vezom dva igrača.

VI. STUDIJA SLUČAJA

UVOD

Ova studija slučaja namijenjena je prijedlogu namijenjenom kontekstu predškolskog odgoja i obrazovanja u kojem će se kroz igru djeca i roditelji edukovati u prevenciji nasilja u sportu i mogla bi se primijeniti na različite situacije s nasiljem u sportu.

POZADINA

Osnovno obrazovanje idealna je faza za afektivni, socijalni i intelektualni razvoj djece; stoga je od velike važnosti u ovom dobu djelovati na vrijednosti poštivanja i djeci početi podizati svijest o važnosti nasilja.

Ova studija slučaja osmišljena je tako da djeca koja su dio određenog tima, u saradnji s roditeljima, budu u stanju prepoznati i spriječiti djela nasilja na sportskom terenu; Sastoji se od niza aktivnosti usmjerenih na edukaciju o vrijednostima. Zamišljena je za grupni razred s aktivnostima planiranim za djecu.

EVALUACIJA SLUČAJA

Prijedlog se sastoji od ukupno četiri koraka u kojima i roditelji i djeca preuzimaju ključnu ulogu za dobar prijenos i internalizaciju vrijednosti. Procjenjuje se da će ukupno trajati deset dana. Aktivnosti sa učenicima bit će isprepletene s programom trenera.

PREDLOŽENO RJEŠENJE/IZMJENE

- Za uspješnu realizaciju prijedloga bit će potrebni sljedeći koraci:
- Sala za sastanke, kako bi se prijedlog predstavio roditeljima.
 - Igraonica, gdje možete da sprovedete igre i vježbate sa roditeljima.

Korak 1. INFORMACIJE ZA RODITELJE. Jedan sat. Sastanak sa roditeljima radi informisanja o projektu i njihovom učešću u njemu.

Korak 2. USPOSTAVLJANJE OSNOVE. Pet sesija od po jedan sat. (1. sedmica) Učenici poznaju vrijednosti poštovanja, druženja i fer igre te istražuju različite sportove i njihova pravila.

Korak 3. VJEŽBA. Pet sesija od po jedan sat. (2. sedmica) Učenici vježbaju pet grupa prenosa vrijednosti koje su radili u fazi izgradnje.

Korak 4. FINALNA SESIJA. Sat i po. Studenti reprodukuju igre koje su vježbali tijekom faze vježbi uz saradnju i učešće svojih roditelja.

Korak 5. EVALUACIJA. Na kraju faze 4. Evaluacija prijedloga.

FINALIZACIJA SLUČAJA

Na kraju faze saradnje, roditelji će sprovesti anketu kako bi procijenili projekat. Pored toga, anketa može sadržavati vaše mišljenje i prijedloge. Učenici će izvoditi vježbe evaluacije.

Posao trenera biće da nastavi posmatranje asimilacije koncepata i relevantnih poboljšanja učenika; kao i održavanje stalnog kontakta sa porodicama u vezi sa problemima, putem ličnih tutorijala ili putem e-maila.

Potvrđujem da ovaj prijevod u potpunosti odgovara originalu, koji je sastavljen na engleskom jeziku.

Datum: 29.05.2020.godine

Stalni sudski tumač za engleski i njemački - Marina Šiljeg

www.libar.info; e-mail: libar@tel.net.ba; +387 63 290 874; Fax: +387 39 831 101

