

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 NEPRIMERENIM 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. RAZUMEVANJE, 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 IZVEŠTAVANJE KAO METODE ZASNOVANE NA IGRAMA I IGRAMA ZA PROMOCIJU DEČIJEG 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. PRIMERI POTENCIJALNIH STRATEGIJA TRENIRANJA ZA UPRAVLJANJE PONAŠANJEM SPORTISTA	
JEDINICA 5. KOMUNIKACIJA SA ŽRTVOM I POČINIOCEM I UPRAVLJANJE NEGATIVNIM EMOCIJAMA	20
JEDINICA 5.1. STRATEGIJE ZA REŠAVANJE SLUČAJEVA ZLOSTAVLJANJA	
JEDINICA 5.2. DEČJI EMOCIONALNI RAZVOJ I UPRAVLJANJE EMOCIJAMA	
PITANJA SAMOKONTROLE.....	22
ODELJAK O ZNANJU / STUDIJSKI ZADACI	23
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 VREDNOSTI ČLANOVA GRUPE (KOMUNIKACIONE VEŠTINE, EMPATIJA, OTVORENOST, PODRŠKA, SARADNJA ITD.).....	31
JEDINICA 2.1. INDIVIDUALNE - (LIČNOST) I SPORTSKO-GRUPNE RAZLIKE I INTERAKCIJE	
JEDINICA 2.2. VREDNOSTI ČLANOVA SPORTSKE GRUPE (KOMUNIKACIJSKE VEŠTINE, 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
ODELJAK O ZNANJU / STUDIJSKI ZADACI	39
REFERENCE.....	39

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

JEDINICA 1. SARADNJA RODITELJA I TRENERA KAO STUB U ŽIVOTU MLADIH SPORTISTA.....	43
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	50
JEDINICA 2.1. AKTIVNO SLUŠANJE	
JEDINICA 2.2. UČINKOVITE POVRATNE INFORMACIJE	
JEDINICA 3 REŠAVANJE SUKOBIA	52
PITANJA SAMOKONTROLE	54
ODELJAK O ZNANJU / STUDIJSKI ZADACI	54
REFERENCE.....	54

IV. OSNAŽIVANJE KROZ SPORT ZA DRUŠTVENE PROMJENE

JEDINICA 1. ULOGA SPORTA U JAČANJU KAPACITETA ZAJEDNICE	58
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. USPEŠNA PROGRAMSKA ŠEMA	
JEDINICA 2.OSNAŽIVANJE ZA DRUŠTVENU UKLJUČENOST KROZ SPORT.....	61
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	64
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	68
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	71
JEDINICA 5.1. ODRŽIVI RAZVOJ ZAJEDNICE KROZ SPORT	

JEDINICA 5.2. OKVIR ZA POZITIVAN RAZVOJ MLADIH	
JEDINICA 5.3. KORIŠĆENJE KVALITETNOG FIZIČKOG VASPITANJA ZA PROMOCIJU POZITIVNOG RAZVOJA MLADIH	
PITANJA SAMOKONTROLE	74
ODELJAK O ZNANJU / STUDIJSKI ZADACI	74
REFERENCE.....	75

V. PREDRASUDE I RJEŠAVANJE PROBLEMA NASILJA I ISKLJUČENOSTI

JEDINICA 1.PREDRASUDE I TEORIJE KONTAKATA (ALLPORT, 1952).....	80
JEDINICA 2. PREVENTIVNE STRATEGIJE.....	82
JEDINICA 3.SUKOB.....	83
JEDINICA 4.POSLEDICE NASILJA I ISKLJUČENOSTI	84
JEDINICA 5.PROMOCIJA POŠTOVANJA KROZ GRUPNU DINAMIKU	86
PITANJA SAMOKONTROLE	87
ODELJAK O ZNANJU / STUDIJSKI ZADACI	88
REFERENCE.....	88

I. STUDIJA SLUČAJA 91

II. STUDIJA SLUČAJA 92

III. STUDIJA SLUČAJA 94

IV. STUDIJA SLUČAJA 95

V. STUDIJA SLUČAJA 96

VI. STUDIJA SLUČAJA 97



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 NEPRIMERENIM PONAŠANJEM	
JEDINICA 1.2. DEFINICIJA PREDRASUDA KAO NAJČEŠĆI PREDUSLOV ZA RAZVOJ NASILNOG I ISKLJUČIVOG PONAŠANJA	
JEDINICA 2. KONCEPT POŠTOVANJA I PREDRASUDA NAKON NASILNE/ISKLJUČUJUĆE EPIZODE	
JEDINICA 2.1. RAZUMEVANJE, PREPOZNAVANJE I REAGOVANJE NA NASILNU/ISKLJUČIVU 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/ISKLJUČUJUĆE EPIZODE	
JEDINICA 3.2. IGRA DOBROG PONAŠANJA I POZITIVNO VRŠNJAČKO IZVEŠTAVANJE KAO METODE ZASNOVANE NA IGRAMA I SLIČNIM AKTIVNOSTIMA ZA PROMOCIJU DEČIJEG SOCIJALNOG I EMOCIONALNOG RAZVOJA	
JEDINICA 4. STRATEGIJE PREMA SITUACIONIM FAKTORIMA	
JEDINICA 4.1. SITUACIONI RIZIK I ZAŠTITNI FAKTORI ZA NASILJE I SOCIJALNU ISKLJUČENOST	
JEDINICA 4.2. PROGRAMI DIZAJNIRANI ZA BORBU PROTIV NASILJA I ISKLJUČENOSTI	
JEDINICA 4.3. PRIMERI POTENCIJALNIH STRATEGIJA TRENIRANJA ZA UPRAVLJANJE PONAŠANJEM SPORTISTA	
JEDINICA 5. KOMUNIKACIJA SA ŽRTVOM I POČINIOCEM I UPRAVLJANJE NEGATIVNIM EMOCIJAMA	
JEDINICA 5.1. STRATEGIJE ZA REŠAVANJE SLUČAJEVA ZLOSTAVLJANJA	
JEDINICA 5.2. DEČIJI EMOCIONALNI RAZVOJ I UPRAVLJANJE EMOCIJAMA	
PITANJA SAMOKONTROLE	
ODELJAK O ZNANJU/STUDIJSKI ZADACI	
REFERENCE.....	

OPIS

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

Glavna svrha ovog modula je da nauči sportske trenere da prepoznaju nasilno i ekskluzivno ponašanje među svojim sportistima i da koriste različite strategije (npr. poboljšanje emocionalnih reakcija, komunikacije) dizajnirane da promovišu prosocijalno ponašanje i smanje nasilno i isključujuće ponašanje u njihovom sportu.

JEDINICA 1.OPASNE SITUACIJE I SMANJENJE PREDRASUDA

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

Kakoprepoznati opasnu situaciju?

• Nasilje (ponašanje i socijalna isključenost) se može pojaviti u različitim socijalnim kontekstima i u različitim situacijama.

• Do sada su istraživanja te vrste ponašanja bila uglavnom opisna – fokusiranje na pojedince bez uzimanja društvenog konteksta u obzir (Rivara, Le Menestrel, 2016).

• Pojedinci su deo životnih situacija koje su same ugrađene u širi društveni kontekst.

• Ove vrste ponašanja ozbiljan su problem dece 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 verovanja koji okružuju svaku datu situaciju“ (Rivara, Le Menestrel, 2016, p.69)

• Interakcija „osoba po situaciji u kontekstu“ primenjena 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/isključujućim ponašanjima (Rivara, Le Menestrel, 2016)

• Trener/nastavnik u školi treba biti svestan potencijalnih pretnji i pokušati da ih smanji čak i pre nego što eskaliraju.

• To se može postići pravilnom komunikacijom s decom, pripremiti ih za potencijalne promene koje mogu uticati na njih i edukovati ih o poštovanju, toleranciji i grupnoj koheziji.

• Primeri potencijalno opasnih situacija:

• Novo dete u grupi (razred ili sportski tim).

• Najavljuje se važno sportsko takmičenje – efekt pritiska radi postizanja uspeha.

• Izdvajanje deteta na specifičan način (religija, etnička pripadnost, finansijski standard).

• Problemi kod kuće (deca često menjaju svoje ponašanje kada prolaze kroz promenu koju ne mogu da kontrolišu).

Šta su varijable moderacije?

• Moderator je definisan kao "kvalitativna (npr. rod, rasa, klasa) ili kvantitativna (npr. nivo nagrade) varijabla koja utiče na smer i/ili snagu odnosa između nezavisne ili predviđajuće varijable i zavisne ili varijable kriterija" (Rivara, Le Menestrel, 2016, p.70).

• Konkretno, to su spoljni faktori koji mogu povećati ili umanjiti potencijal za razvoj nasilnog/isključujućeg ponašanja.

• Na primer, rod kao moderator: „devojke u adolescenciji razvijaju depresivne simptome nakon interpersonalnih stresora; dok to nije slučaj kod dečaka adolescenata“.

JEDINICA 1.2. DEFINICIJA PREDRASUDA KAO NAJČEŠĆI PREDUSLOV ZA RAZVOJ NASILNOG I ISKLJUČUJUĆEG 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/isključujućih vrsta ponašanja.
- Razvijanje tolerancije i međusobnog poštovanja trebalo bi biti uspešan protivotrov.

Posledice opasnih situacija i nasilnog/isključujućeg tipa ponašanja (Rivara, Le Menestrel, 2016)

Posledice se događaju:

Pojedinac koji je maltretiran

- Fizičke, psihosocijalne i akademske posledice postignuća.
- Fizičke posledice mogu biti trenutne (povreda) ili dugoročne (glavobolja, poremećaj sna itd.).
- Može se primeniti 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 - „osećaj boli koji prati iskustva odbacivanja vršnjaka, ostracizma ili gubitka“.
- Pojedinac mogu internalizirati ili preterano eksternalizirati probleme.
- Teške i dugoročne žrtve razvijaju psihotične simptome.

Pojedinac koji maltretira

- Deca i adolescenti koji maltretiraju druge jer imaju neki oblik neprilagođenosti ili su motivisani uspostavljanjem svog statusa u društvenom okruženju.
- Prema stereotipu deca i omladina koji maltretiraju druge su na višem nivou funkcionalnog oštećenja/psihopatologije, slabih su socijalnih veština, te poseduju neznatne vrednosti i kompetencije koje vršnjačka grupa ceni.
- Deca i adolescenti koji su nasilnici doživljavaju psihosomatske i psihotične posledice.

Pojedinac koji je maltretiran i koji maltretira

- Doživljava posebnu kombinaciju posledica koje doživljavaju i deca koja su samo počinitelji i deca koja su samo meta.
- Komorbiditet eksternalizirajućih i internalizirajućih problema, negativna percepcija sebe i drugih, slabe socijalne veštine 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

- Osećanja anksioznosti i nesigurnosti.
- Strah od odmazde koji promatračima često onemogućuje da potraže pomoć.
- Vrlo ograničeno istraživanje o posledicama svedočenja maltretiranja za decu i mlade koji su promatrači.

- Posledice postoje, ali ih je teže kategorizirati i zaključiti da je glavni razlog različitih simptoma skriven u svedočenju epizode nasilnog/isključivog događaja.

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

JEDINICA 2.1. RAZUMEVANJE, PREPOZNAVANJE I REAGOVANJE NA NASILNU/ISKLJUČUJUĆU EPIZODU U ODREĐENOM OKRUŽENJU

Agresija se uopšteno 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 pretnju takvim oštećenjima (npr. guranje, grickanje, udaranje i sl. ; Leff i drugi, 2010).

- Relaciona agresija nanosi štetu povredom ili manipulisanjem odnosa (npr. pretnja 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, dečaci se obično prikazuju i kao agresor i kao meta.
- Nedavna istraživanja pokazuju da devojčice više koriste relacionu agresiju nego dečaci.
- Prepoznavanje relacione agresije u školskim sredinama nije direktan proces – odrasle osobe ne mogu primetiti relacionu agresiju ili ih odrasle osobe i učenici ne identifikuju kao agresiju (slično je u sportskim timovima).
- Korišćenje perspektive i vršnjaka i odraslih stvara preklapajuće percepcije ponašanja.
- Fokusiranje na veštine 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)

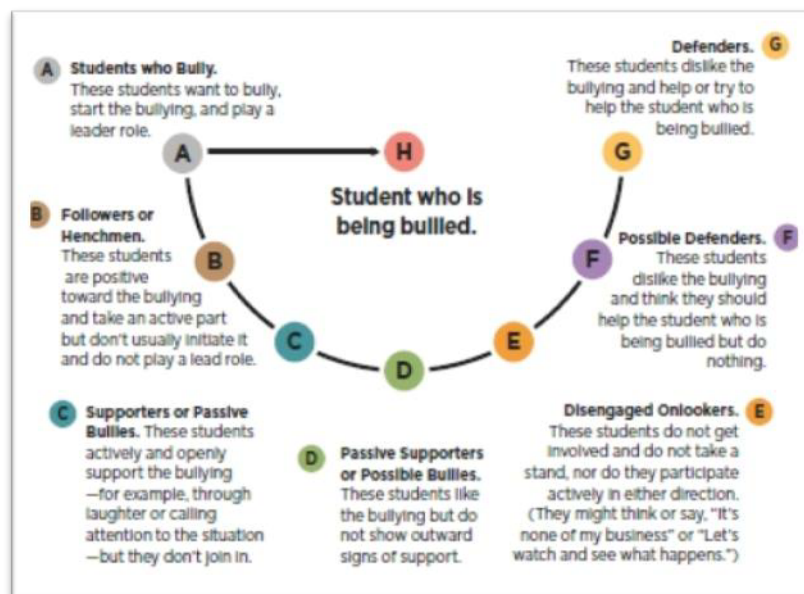
Razvijanje pozitivnog ponašanja

- Jednom kada se u grupi (timu ili razredu) dogodila nasilna/isključujuća epizoda, nema povratka.
- Negiranje takvog događaja može samo pogoršati stvari.
- Pokušajte sažeti razloge i sarađujte sa grupom da se takva situacija ne ponovi.
- Pozitivne vrste ponašanja, kao što su poštovanje, tolerancija, razumevanje i opšta kohezija grupe, smatraju se korisnim u sprečavanju nasilnog/isključujućeg ponašanja (Hawkins, Nabors, 2018).
- Deca mogu biti prihvaćena ili odbijena od strane svojih vršnjaka, a često su u učionici (ili sportskom timu) definisana kao voljena ili nevoljena od strane drugih.
- Deca koja su voljena od strane svojih vršnjaka društveno su kompetentnija i kooperativnija od odbaćene dece.

- Delotvorni programi protiv zlostavljanja naglašavaju sprečavanje fizičke agresije i povećanje prosocijalnih veština.
- Vršnjaci utiču na grupne norme, stavove i ponašanje – razvijajući pozitivno ponašanje u grupi kao celini.

Odnos s vršnjacima

- Kroz proces socijalizacije, na decu utiču različiti faktori – pre svega njihovi roditelji; kasnije njihovi vršnjaci.
- Prihvatanje vršnjačke grupe povezano je sa vršnjačkim pritiskom, „time je vršnjački pritisak definisan i kao deo normalnog procesa psihološkog razvoja i kao glavni doprinos razvoju rizičnih ponašanja“ (Lewis & Lewis, 1984).
- Deca više razgovaraju o negativnim događajima nego o pozitivnom ponašanju – ogovaranje.
- Podučavanje i ohrabrivanje učenika da daju pozitivne izjave konkretno vezane za ponašanje svojih vršnjaka menjaju fokus i osoblja i dece sa kažnjavanja neprikladnog ponašanja na prepoznavanje pro socijalnog ponašanja.
- Prijatelji kao zaštitni faktori.
- Prijateljstva su vrlo važna za dečiji razvoj - omogućuju deci sticanje osnovnih socijalnih veština (Hawkins, Nabors, 2018).
- Imati kvalitetno prijateljstvo moglo bi u različitim kapacitetima biti funkcionalno kako bi se deca zaštitila od toga da postanu meta nasilja.
- Na primer, tokom treninga, kada decu delite u grupe ili u parove, pobrinite se da svi imaju partnera i da svi znaju ko 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, p. 78)

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

JEDINICA 3. GRUPNI EMOCIONALNI ODGOVORI, GRUPNA KOMUNIKACIJA NAKON NASILJA

Emocije

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

Četiri ključna kriterijuma koji definišu emocije na nivou grupe

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

Komunikacija

- Komunikacija (verbalna i neverbalna) je ključ uspešnog rešavanja problema i prilagođavanja novim situacijama.
- Deca koja imaju poteškoće u komunikaciji biće manje sposobna za druženje i sklapanje prijateljstava, što će zauzvrat dovesti do toga da se osećaju potcenjenim ili nesigurnim.
- Komunikacija može biti pozitivna, ali i negativna – štetna.
- Komunikacija može predstavljati oblik agresivnog ponašanja.
- Otvorena i iskrena komunikacija je neophodno sredstvo u strategijama rešavanja problema.
- Komunikacija je veza između tri naredna domena:
 - 1) unapređenje socijalne, kognitivne i veštineresavanja problema;
 - 2) poboljšanje odnosa s vršnjacima;
 - 3) smanjenje destruktivnog ponašanja kod kuće i u školi (ili sportskom timu).

Razvoj dece

- Sportisti koji demonstriraju destruktivno ponašanje tokom treninga ometaju sopstveno učenje kao i učenje drugih sportista, smanjujući vreme za podučavanje i ograničavajući sportska postignuća.
- Da bi sprečili takvo ponašanje, trenerima su potrebne efikasne strategije upravljanja ponašanjem kako bi promovisali pozitivno ponašanje tokom treninga.
- Srećom, istraživači su identifikovali efikasne strategije za podršku dečijeg socijalnog i emocionalnog razvoja.
- S obzirom na to da deca uče kroz igru, a učešće u igri i sličnim aktivnostima je centralna odlika detinjstva, nije iznenađujuće da se nekoliko metoda zasnovanih na igrama i sličnim aktivnostima pokazalo efikasnim za promociju dečijeg socijalnog i emocionalnog razvoja.

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

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

- Vrsta međusobno zavisnih nepredviđenih situacija u grupi koja ima posebnu primenu u učionici.
- Igra dobrog ponašanja je povećala odgovarajuće socijalno ponašanje kao i smanjila neprimereno 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 promene u ponašanju.
- Dizajnirana da poveća pojavu odgovarajućeg ponašanja i smanji pojavu neprimerenog ponašanja.

Nepredviđene situacije u grupi

- Dizajnirana da promovišu pozitivno ponašanje svih učenika u učionici.
- Može se koristiti za časove fizičkog vaspitanja ili za vreme sportskih treninga.
- Dobro podržana istraživanjima i mogu se smatrati strategijom zasnovanom na dokazima.
- Primenjuje ista ciljna ponašanja, kriterije i poticaje na sve sportiste.
- Može umanjiti ili možda čak eliminisati potrebu za višestrukim individualizovanim interventnim planovima za sportiste sa većom stopom upitnog ponašanja.
- Tipovi nepredviđenih situacija u grupi:
 - Nezavisni
 - Zavisni
 - 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
Zavisna	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 dece s igrom
- Praćenje napretka i rešavanje problema

Igra dobrog ponašanja –Zaključci

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

- Ispitivanje primene 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 izveštavanja (Hawkins, R., Nabors, L. (ur.) 2018)

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

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

- Prijavljivanje je problematično iz nekoliko razloga.

- Prijavljivanje može dovesti do zlostavljanja i vršnjačke viktimizacije, jer deca koja prijavljuju neprimereno ponašanje vršnjaka mogu biti meta zbog prijavljivanja.

- Treneri moraju iskoristiti dragocenovno vreme instrukcija da bi istražili prijavu o problematičnom ponašanju umesto da podučavaju odgovarajuće sportsko ili prosocijalno ponašanje.

- Prijavljivanje može biti posebno problematično za decu koja imaju emocionalne i poremećaje ponašanja, koja će verovatnije pribegavati neprimerenom ponašanju.

- Umesto da se fokusiraju isključivo na kažnjavanje antisocijalnog ponašanja, sportski klubovi trebalo bi da ulože napore da prepoznaju i osnaže prosocijalno ponašanje.

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

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

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

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

Vrste intervencija vršnjačkog izveštavanja

- Pozitivno vršnjačko izveštavanje i prijavljivanje pozitivnih primera ponašanja su dve vrste intervencija vršnjačkog izveštavanja.

- Sličnosti između pozitivnog vršnjačkog izveštavanja i prijavljivanja pozitivnih primera ponašanja.

- Poticanje dece da se uključe u pozitivna, odgovarajuća, prosocijalna ponašanja.

- Omogućite deci 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 u grupnim nepredviđenim situacijama.

- Uključuje obuku dece da prijavljuju prosocijalno ponašanje vršnjaka.

- Uključuje javno objavljivanje napretka grupe u pravcu ciljeva.

Tabela 1.2. Razlike između pozitivnog vršnjačkog izveštavanja i prijavljivanje pozitivnih primera ponašanja

Pozitivno vršnjačko izveštavanje	Prijavljivanje pozitivnih primera ponašanja
Koristi javno izveštavanje	Koristi privatno izveštavanje (iako se izabrane prijave pozitivnih primera ponašanja mogu čitati naglas)
Zahtevaveštine usmenog izveštavanja	Zahteva pismene veštineizveštavanja
Često uključuje prijavljivanje detetazvezde/MVP	Uključuje izveštavanje o ponašanju bilo kog člana grupe

Intervencije pozitivnog vršnjačkog izveštavanja

- Treneri obično odvoje 10–15 minuta na kraju treninga za javnu sesiju u kojoj se traže izveštaji o vršnjacima o prosocijalnom ponašanju ciljanog deteta.
- Vršnjaci su obučeni da pružaju odgovarajuće izveštaje o ponašanju drugih, a izveštaji se obično razmenjuju za nagradne bodove za grupe.

Intervencije prijavljivanja pozitivnih primera ponašanja

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

Smernice za sprovođenje intervencija vršnjačkog izveštavanja

- Nekoliko implementacijskih smernica treba uzeti u obzir pri provođenju intervencija vršnjačkog izveštavanja. Ova razmatranja uključuju: (1) javno i privatno izveštavanje; (2) Izveštavanje o pojedincu i grupi; (3) obuka učenika; (4) korišćenje odgovarajućih nepredviđenih situacija u grupi uz javno objavljivanje; (5) zaštita od negativnih interakcija; i (6) izrada plana praćenja napretka

JEDINICA 4. STRATEGIJE PREMA SITUACIONIM FAKTORIMA

JEDINICA 4.1. SITUACIONI 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 dešavaju;
- osmišljavanje preventivnih programa koji se mogu uspostaviti u pravo vreme da budu najefikasniji;
- upoznavanje javnosti sa tim nalazima.

Faktori rizika i zaštitni faktori

- Naučnici su identifikovali brojne lične karakteristike i socijalne uslove koji decu i adolescente dovode u opasnost od nasilnog ponašanja, kao i neke koji ih štite od posledica 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 verovatnoću da će mlada osoba postati nasilna, ali zapravo ne moraju biti uzrok nasilnosti mlade osobe. Naučnici ih vide kao pouzdane prediktore ili čak kao verovatne uzroke nasilja kod mladih. Oni su korisni za identifikaciju ranjive populacije kod koje se može intervenirati.
- Marker rizika poput rase ili etničke pripadnosti često se mešaju sa faktorima rizika; markeri rizika nemaju uzročni odnos sa nasilnim ponašanjem.
- Nijedan pojedinačni faktor rizika ili kombinacija faktora ne mogu predvideti 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 dete izloženo riziku neće postati nasilno.
- Istraživači su identifikovali najmanje dve početne putanje za nasilje mladih: putanju tokom detinjstva 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 detinjstvu počinje više nasilnih krivičnih dela, a veća grupa adolescenata prestupnika počinje sa pokazivanjem nasilnog ponašanja.
- Prepoznavanje i razumevanje načina funkcionisanja zaštitnih faktora potencijalno su toliko važni za sprečavanje i zaustavljanje nasilja koliko i identifikovanje i razumevanje 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 zahtevaju 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 veština i sposobnosti

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

Programi obuke za roditelje

- Program za jačanje porodice u Ajovi (Iowa, SAD) (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 Sijetlu (Seattle, SAD) (M)
- Program za sprečavanje zlostavljanja (P)
- Igra dobrog ponašanja (P)
- Prelaznidruštveni 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. PRIMERI POTENCIJALNIH STRATEGIJA TRENIRANJA ZA UPRAVLJANJE PONAŠANJEM SPORTISTA

Strategija	Teoretičar	Primer treniranja
Jasno objasnite očekivano ponašanje · Jasno objasnite ponašanje koje se ne toleriše · Jasno objasnite posledice	Canter i Canter (2010)	"Dok čekate na svoj red, nema guranja. Ako vidim da se neko gura, propustiće 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 podsetnike za pravila tokom treninga	Rogers (1995)	"Nikola, seti se da ne mlatiš rukama i nogama. Molim te, lepo sačekaj svoj red."

Sledite očekivanja	Jones (2000)	"Nikola, zamolio sam te da se ne guraš u redu i video sam kako se pokušavaš ubaciti preko reda. Sada ćeš propustiti svoj red i idi na kraj reda."
Budite spremni; planirajte kako ćete rešiti slučaj neprimerenog ponašanja	Rogers (1995)	Trener treba da identifikuje neko eventualno neprimereno ponašanje koje se može dogoditi i osmisli plan kako da se postavi prema sportisti.
Koristite podsticaje · Društvene reči · Gestove · Izrazi lica · Verbalno: «u redu», «dobro posao» · neverbalno: osmeh, aplauz, palac gore	Skinner (2002)	Trener potiče pozitivno ponašanje davanjem afirmacija, uključujući "dobro urađeno", aplaudirajući na performanse sportiste i smešeci se ili namignuvši sportisti.
Koristite delotvoran govor tela: · Delotvorna neverbalna komunikacija zaustavlja loše ponašanje i smanjuje verbalnu konfrontaciju · Gestovi ili znaci, pauziranje, držanje tela - asertivno držanje, fizička blizina, kontakt očima, izrazi lica	Jones (2000)	Trener gleda sportistu i namršti se kada sportista pokazuje neprimereno ponašanje.
Upotrebite asertivne izjave da kontrolišete ponašanje sportista	Rogers (1995)	"Marko, razočaran sam što koristiš takav način izražavanja. Ako nastaviš tako govoriti, bićeš udaljen iz igre. "
Koristite pozitivnu verbalnu komunikaciju za odgovarajuće ponašanje	Jones (2000)	Jones (2000) "Hvala na prikupljanju opreme, Petre, stvarno cenim tvoju pomoć."
Naglašavanje negativnog: ponašanje se poboljšava kada se izbegava negativni ishod.	Skinner (2002)	Sportista koji strpljivo čeka svoj red osigurava da isti neće propustiti.
Omogućite izbor	Rogers (1995)	"Stefane, ako odlučiš da ne igraš po pravilima, tražiću da odeš. Tvoj izbor."
Koristite nagrade za dobro ponašanje: opipljivi, stvarni predmeti koji se koriste za poželjno ponašanje	Skinner (2002)	Treneri mogu nagraditi mlade sportiste sertifikatom za lepe manire ili kontinuirano ispoljavanje odgovarajućeg ponašanja.
Ljubazno i okruženje puno poštovanja zadovoljava potrebe za brižnošću. Ako mu se pokaže brižnost, sportista će pokazati brižnost prema drugima.	Maslow (1970)	Trener bi trebao biti uzor po manirima i pokazivanju poštovanja prema sportistima ako se očekuje da će sportisti učiniti isto zauzvrat.

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

JEDINICA 5.1. STRATEGIJE ZA REŠAVANJE SLUČAJEVA ZLOSTAVLJANJA

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

- Mogući okidači napada – ponekad se dete može pretvoriti u metu za nasilnika nenamerno ljućeci napadača.
- Ako imate tiho i sramežljivo dete kojem je teško sklapati prijateljstva, pomozite mu da izgradi samopouzdanje i pokažite mu strategije za sklapanje prijateljstava (npr. pridruživanje klubovima).
- Podstičite asertivnost, a ne agresivnost. Naučite ih da shvate da ne moraju trpeti maltretiranje i da imaju pravo da se prema njima postupa s poštovanjem.
- Uveritedete da nije krivo za nasilje koje doživljava. Često će i nasilnik i žrtva doživljavati slične osećaje nesigurnosti i bezvrednosti.

JEDINICA 5.2. DEČIJI EMOCIONALNI RAZVOJ I UPRAVLJANJE EMOCIJAMA

Dečiji emocionalni razvoj (Lee, 2010)

• Slušati i prihvatati detetove osećaje ne znači da im morate 'popustiti' i omogućiti im potpunu slobodu. Na primer, u slučaju deteta koje kaže da nije umorno i da ne želi ići u krevet; prihvatanjem onoga za šta kažu ne morate im dopustiti da ostanu kasnije nego inače, to bi, naravno, moglo biti štetno ako idućeg jutra moraju ići u školu.

- Deca, poput odraslih, zaslužuju objašnjenja i njihove osećaje treba razmotriti i uzeti u obzir.

Prihvatanje detetovih osećaja (Lee, 2010)

- Kad vam dete kaže kako se oseća, uvek mu morate posvetiti punu pažnju.
- Suzdržite se od dovođenja u pitanje njihovih osećaja ili davanja saveta odmah - pokušajte najpre shvatiti ono što imaju da kažu.
- Razgovarajte o detetovim osećajima i zajedno istražite moguća objašnjenja ili razloge načina na koji se osećaju, umesto da poričete njihove emocije.

Pokazivanje osećaja i emocija (Lee, 2010)

- Pomozite u razvijanju pozitivnog osećaja identiteta razumevanjem:
 - Kako prihvatiti sebe
 - Kako se svideti sebi
 - Kako uvažavati sebe
 - Kako razviti pozitivnu sliku o sebi
 - Kako i zašto postoje
 - Kako razviti samopoštovanje
 - Kako razviti veštine koje će im omogućiti da se brinu o sebi.

Podsticanje pozitivnog osećaja identiteta(Lee, 2010)

- Pokažite ljubav i afekciju prema detetu kako bi se ono moglo društveno razvijati.
- Prihvatite dete onakvo kakvo jeste i šta može učiniti bez postavljanja nerealnih ciljeva ili primoravanja pre nego što budu spremna.
- Poštujte i cenite dete tako da ono zauzvrat nauči kako da poštuje i ceni sebe.
- Potruditi se da se ponaša na odgovarajući način.

Podržavanje dece (Lee, 2010)

- Deci je potrebno vreme, prostor i puno podrške odraslih da bi naučila da prihvataju, izražavaju i nose se sa svojim emocijama.
- Pokažite detetu strpljenje kada se nosi sa svojim osećajima, tako da nauči kako da pregovara sa drugima i da gradi pozitivna prijateljstva.

Podizanje detetovog samopoštovanja(Lee, 2010)

- Ohrabrujte dete (Da, vi to možete!).
- Obezbedite stalnu negu (verujte u svoju decu).
- Obezbedite pozitivne uzore (pokažite svojoj deci šta se od njih očekuje, pokušajte biti dobar uzor).
- Omogućite deci jasne, konzistentne granice (postavite granice).
- Pomozite detetu da bude uspešno (realna očekivanja).
- Cenite dečiji trud (posebno kada prvi put nešto urade).
- Omogućite detetu slobodu da samo odlučuje.
- Pomozite detetu da pronađe nešto u čemu je dobro (sport, muzika ili nešto treće).

Pomaganje deci 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 dece čini nemogućim zadatkom pored drugih silnih zahteva.

Razgovarajte o emocijama

- Deca dobre emocionalne pismenosti bolje se snalaze u školi i bolje se snalaze sa snažnim emocijama. Dobra emocionalna pismenost znači sledeće:
- Razumevanje da postoje različite emocije (ljutnja, tuga, briga, sramota, uzbuđenje, sreća, krivica itd.).
- Razumevanje da emocije variraju u intenzitetu od blagih do jakih.
- Razumevanje 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 saosećati pre svega.

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

- Vidim da se trenutno osećaš frustrirano. Žao mi je što se osećaš tako loše.
- Možda grešim, ali deluješ pomalo zabrinuto. Mora da ti je teško.
- Žao mi je što se zbog toga osećaš uznemireno.
- Mislim da bih se i ja osećala vrlo tužno da sam ti.
- Znam da si veoma ljut/a. Nije zabavno osećati se tako.
- Žao mi je što se osećaš tako tužno.

Imajte plan za negativne emocije

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

- Udahnite polako, a izdahnite još sporije.
- Izgovorite "umirujuće misli" (Deca mogu da ih pripreme ranije i čuvaju u svojoj pernici ili ladici – to bi mogle biti rečenice za koje smatraju da su uverljive poput: "Dobro sam", "Mogu se snaći", "nije kraj sveta" itd.).
- 2 minuta se koncentrišite na zadatak da „restartujete“ tok misli.
- Igrajte igru „zamislida“ (zamisli da sam osvojio 1000 dolara; zamisli da mogu da letim; zamisli da igram fudbal za „Orlove“.
- Držite umirujući predmet.
- Napišite napomenu/nacrtajte sliku da biste rekli treneru da se loše osećate.
- Istegnite telo.

Pohvalite, priznajte i nagradite hrabro i smireno ponašanje.

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

- Primetio sam da si duboko udahnuo, umesto da bežiš. Baš divno.
- Stvarno si pokušao da ne vičeš, zaista 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.
- Primetio sam da si se potrudio da nastaviš sa svojim poslom čak i kad te je Nikola frustrirao. Postaješ miran i impresioniran sam.

PITANJA SAMOKONTROLE

Navedite nekoliko opasnih situacija koje se mogu videti među decom u vašem timu/decom uopšte.

Ko je pogođen posledicama nasilnog/isključujućeg ponašanja?

Koje su glavne vrste agresije?

Koji je način razvijanja pozitivnog ponašanja?

Zašto je odnos vršnjaka važan?

Navedite primer agresivnog ponašanja u svojim sportskim grupama i razgovarajte o mogućem načinu rešavanju tih situacija.

ODELJAK O ZNANJU/STUDIJSKI ZADACI

Studija slučaja

1. Korišćenjem Smernica Igre dobrog ponašanja (Poglavlje 1. u knjizi Hawkins, R., Nabors, L. (ur.) (2018). Podsticanje prosocijalnog ponašanja kod dece kroz igru i zabavne aktivnosti. Učiniti socijalno emocionalno učenje zabavnim) osmislite vlastitu verziju za sprovođenje procedura Igre dobrog ponašanja u vašem sportskom klubu.
2. Korišćenjem Smernica za implementaciju vršnjačkog izveštavanja (Poglavlje 3. u knjizi Hawkins, R., Nabors, L. (ur.) (2018). Podsticanje prosocijalnog ponašanja kod dece kroz igru i zabavne aktivnosti. Učiniti socijalno emocionalno učenje zabavnim) osmislite vlastitu verziju za sprovođenje procedura Igre dobrog ponašanja u vašem sportskom klubu.
3. Korišćenjem Smernica na stranicama 96–99, u članku Harris-Reeves, BE, Skinner, J., Milburn, P., i Reddan, G. (2013), Primena strategija upravljanja ponašanjem u kontekstu sportskog treniranja (Journal of Coaching Education/Časopis za trenersko obrazovanje, 6 (2), 87–102), osmislite plan za primenu strategija u procesu treniranja (na jednom ili nekoliko treninga).

Pismeni rad - dajte konkretne primere 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 levoj 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 ekipi koja uključuje emocionalne reakcije i grupnu komunikaciju

Identifikujte dva do tri moguća rešenja i opišite kako ste se kao trener snašli u toj situaciji

Napravite PowerPoint prezentaciju(ne dužu od 10 slajdova; opišite ključne aspekte navedenih pitanja)

REFERENCE

1. Brännström, L., Kaunitz, C., Andershed, A., South, S., Smedslund, G. (2016). Trening za zamenu 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). Prosocijalno ponašanje tokom 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 deci 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. *Psihosocijalnaintervencija*. 21 (1): 53–65.
5. Harris-Reeves, B. E., Skinner, J., Milburn, P., & Reddan, G. (2013). Primena strategija upravljanja ponašanjem u kontekstu sportskog treniranja. *Časopis za edukaciju trenera*, 6(2), 87–102.
6. Hawkins, R., Nabors, L. (ur.) (2018). Promovisanje pro socijalnog ponašanja kod dece kroz igre i zabavne aktivnosti. Stvaranje zabave za socijalno emocionalno učenje. New York: Nova Science Publisher.
7. General, U.S. (2001). *Nasilje mladih: Izveštaj Načelnika zdravstvene službe*. Washington DC: Američki odsek za zdravstvo i ljudske usluge.
8. Lee, A. (2010). *Kako uzgajati veliku decu*. Spring Hill.
9. Leff, S.S., Crick, N.R. (2010). Intervencije za relacijsku agresiju: inovativno programiranje i sledeći 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 relacione 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 procena 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 osećaji kod mladih prestupnika i neprestupnika. *Evropski časopis za psihologiju, primenjen na pravni kontekst*. 9 (2): 65–73.
13. Rivara, F., Le Menestrel, S. (ur.) (2016). *Sprečavanje zlostavljanja putem nauke, politike i prakse*. Washington, DC: The National Academies Press.
14. Smout, K. (2015). Kad je deci mrzak život. Ideje i saveti kada se osećate 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 prosocijalno 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). Relaciona agresija: razumevanje, 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: Dr Ilona Tilindienė; Dr Rasa Kreivytė; Saulius Kavaliauskas, Dr Irena Valantine

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 VREDNOSTI ČLANOVA GRUPE (KOMUNIKACIONE VEŠTINE, EMPATIJA, OTVORENOST, PODRŠKA, SARADNJA ITD.).....	
JEDINICA 2.1. INDIVIDUALNE - (LIČNOST) I SPORTSKO-GRUPNE RAZLIKE I INTERAKCIJE	
JEDINICA 2.2. VREDNOSTI ČLANOVA SPORTSKE GRUPE (KOMUNIKACIJSKE VEŠTINE, EMPATIJA, PODRŠKA, KOLABORACIJA) OBRAZOVANJE (KROZ RAZVOJ EMOCIONALNE INTELIGENCIJE)	
JEDINICA 3. EDUKACIJA ZA PODSTICANJE GRUPNE KOHEZIJE STVARAJUĆI POZITIVAN ODNOS MEĐU ČLANOVIMA GRUPE	
JEDINICA 3.1. OBRAZOVANJE ZA PODSTICANJE GRUPNE KOHEZIJE	
JEDINICA 3.2. FORMIRANJE POZITIVNOG ODNOSA MEĐU ČLANOVIMA GRUPE	
PITANJA SAMOKONTROLE	
ODELJAK O ZNANJU/STUDIJSKI ZADACI	
REFERENCE.....	

OPIS

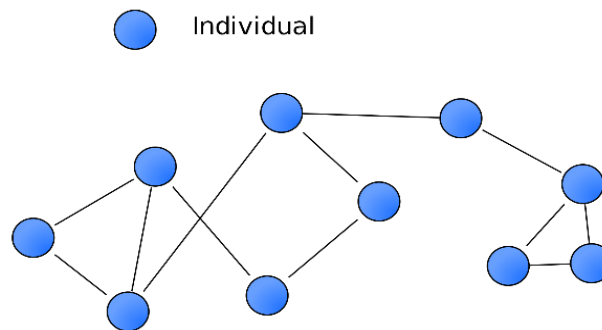
Ova tema je osmišljena da omogućiti razvoj ličnih i grupnih odnosa u sportu. Modul će razmotriti razumevanje i učenje individualnih i grupnih psihosocijalnih karakteristika, njihove razlike i mogućnosti interakcije.

Glavna svrha ove teme je da edukuje trenere da razvijaju vrednosti pojedinaca, formirajući pozitivan odnos među članovima grupe i koriste različite strategije (npr. poboljšanje emocionalnih reakcija, komunikacionih veština, podrške) dizajnirane za promovisanje pozitivne klime u sportskoj grupi i izbegavanje 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 dvoje ili više ljudi koji međusobno deluju, dele slične karakteristike i osećaju kolektivno jedinstvo.



Slika2.1.Pojedinci u skupinama međusobno su povezani društvenim odnosima
(https://en.wikipedia.org/wiki/Social_group)

Uspeh ili neuspeh sportske grupe zavisi od 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 deo 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 primer, sportski tim imao bi relativno visok nivo međuzavisnosti u poređenju sa grupom ljudi koji gledaju film u bioskopu. Međuzavisnost može biti obostrana (idenapred-nazad između članova) ili više linearna / jednostrana.

Kohezijski pristup sportske grupe uključuje:

- Zajednički motivi i ciljevi
- Prihvaćena podela rada, tj. uloga
- Uspostavljeni statusni (društveni rang, dominacija) odnosi
- Prihvaćene norme i vrednosti 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 svestan uloge koju igra u radu tima)
- Spremnost na lične žrtve za dobro sportske grupe
- Kvalitet komunikacije između članova sportskih grupa (dobronamernost, pomaganje jednih drugima, konstruktivno rešavanje sukoba itd.)
- Zajednički ciljevi sportske grupe.

Postoje dve 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 **deliciljeve sportske grupena** četiri glavne vrste, koje su dalje razvrstane u potkategorije (Forsyth, 2010):

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

Vođenje je složen skup verovanja, 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 nedostatke donošenja odluka u sportskim grupama. **Prednosti donošenja odluka u sportskim grupama:** različite perspektive; više znanja; grupno vlasništvo i odgovornost za odluku; bolje razumevanje odluke. **Nedostaci donošenja odluka u sportskim grupama:** pokušaj pojedinaca koji pokušavaju da dominiraju; pritisak da se povinujete čak i ako se ne slažete; 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.

Dve vrste grupnih sukoba su **međugrupni sukobi** i **sukobi unutar grupe**.

Međugrupni sukobi

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

1. Nedostatak resursa;
2. Sukobljeni interes;
3. Odmeravanje snaga.

Unutar-grupni sukobi

Grupu često čine osobe sličnih vrednosti, 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 sledećih 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 osećaja koje rezultira fizičkim i psihološkim promenama 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 svesno 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 telu 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 tela reaguju na emociju) i **ekspresivne komponente** (kako se ponašamo – reakcija na emociju). Ti 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 preterana 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 dve stvari: psihološku percepciju pritiska s jedne strane i reakcije tela na njega sa druge, što uključuje više sistema, od metabolizma i mišića do pamćenja.

Emocije nas mogu motivisati na akciju. Skloni smo preduzimanju određenih radnji kako bismo iskusili pozitivne emocije i umanjili verovatnoću da osetimo negativne emocije. Na primer, možete potražiti društvene aktivnosti ili hobije koji vam pružaju osećaj sreće, zadovoljstva i uzbuđenja. S druge strane, verovatno biste izbegli situacije koje potencijalno mogu dovesti do dosade, tuge ili anksioznosti.

Emocije nam pomažu da preživimo, napredujemo i izbegnemo opasnost. Emocije imaju adaptivnu ulogu u našem životu motivišući nas da delujemo brzo i preduzimamo akcije koje će nam povećati šanse za opstanak i uspeh.

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

Emocije omogućavaju drugim ljudima da nas razumeju. Kada komuniciramo sa drugim ljudima, važno je dati naznake kako bismo im pomogli da shvate kako se osećamo. Ove naznake mogu uključivati emocionalnu ekspresiju kroz govor tela, kao što su različiti izrazi lica povezani sa određenim emocijama koje doživljavamo.

Emocije nam omogućavaju da razumemo druge. Baš kao što naše sopstvene emocije pružaju dragocene 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, razumevanje 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 izbegavaju (Vohl i drugi 2006). Članovi grupe su često motivisani da podrže ostvarivanje ciljeva drugih članova grupe sa nadom da uspeh 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, menjajući 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 spoljašnju 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 meri zavisna od emocija koje doživljavaju i izazivaju (ili

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

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

regulišu) jedna drugu. U međugrupnim sukobima, glavni cilj je popraviti ranije postojeće emocije koje mogu poboljšati strateški položaj u grupi, kao što su vangrupni 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 dve grupe i članova iste grupe.

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

Grupa se sastoji od:

Dve ili više osoba:

- 1) Koje se poznaju;
- 2) Direktno utiču jedni na druge;
- 3) Svesni su pripadnosti datoj grupi;
- 4) Razumeju 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 čoveka i zadovoljavaju se na različite načine. Svaki pojedinac ima svoje vrednosti - opšte principe po kojima čovekceni šta je loše i dobro, šta je njemu ili njoj važno a šta nije. Vrednosti i stavovi se formiraju kroz obrazovanje, iskustvo, stalni su i teško se menjaju. 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?

Pre svega, ljudi vole da budu u grupi, među ostalim ljudima. Pojedinac se bolje oseća 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 od ostalih članova, čija su mišljenja njemu jako važna, 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.

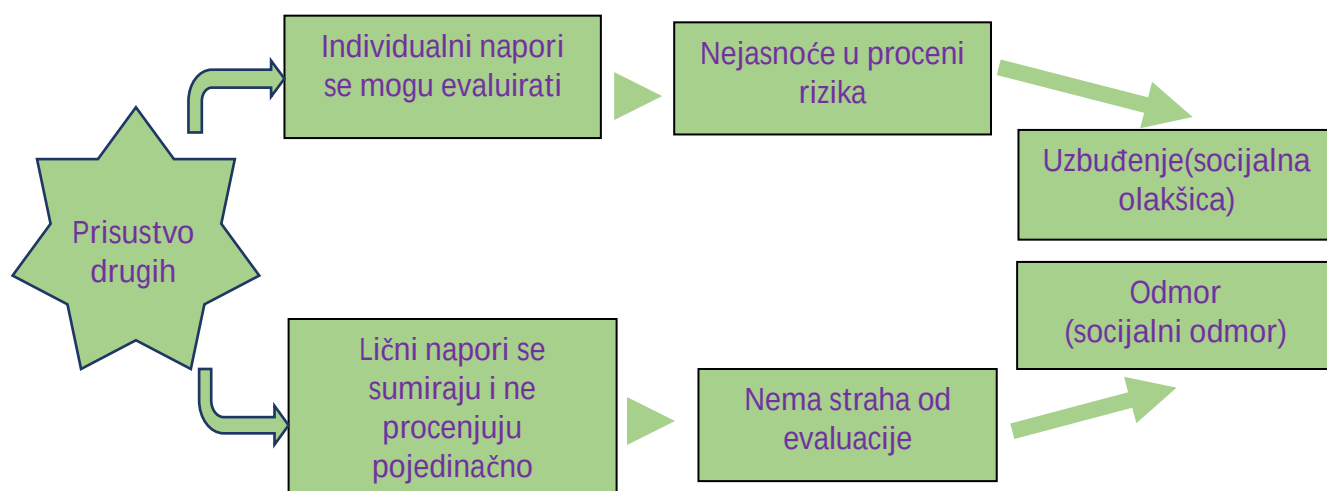
Glavni fenomeni u grupi (sportska grupa) su:

- Socijalna olakšica
- Socijalni odmor
- Depersonalizacija

- Konformizam

Socijalna olakšica nastaje kada ljudi traže lične ciljeve i kada se njihovi naponi mogu proceniti 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 procene njen trud, odgovornost se raspodeljuju među svim članovima grupe (Villiams, Jackson & Karau, 1992). Kada je pojedinac u grupi i strah od procene opada, dolazi do **socijalnog odmora**. Jedan od načina da se probudi interes je omogućavanje merenja ličnog doprinosa svakog člana grupe.



Slika2.2. Šema socijalnih olakšica i socijalnog odmora(Myers, 2008)

Članovi grupe su manje loši kad osećaju 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 deindividualizacija ili depersonalizacija je naročito verovatna kada su ljudi u gomili, nose maskiranu odeću ili kostime, osećaju se anonimno. Kao rezultat toga, samosvest i samokontrola slabe, a reakcija na novu situaciju raste, bilo pozitivna ili negativna. Depersonalizacija je manje izražena ako postoji snažna ljudska svest.

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 primer, sigurne, kohezivne grupe (kao što je porodica) se možda neće mešati u svačije mišljenje.

Uloge u sportskoj grupi. Uloga zahteva 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 zahtev 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):

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

Zbog kontinuiteta u zahtevima 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 dve najfascinantnije činjenice o ljudima u grupama.

Prvo, mnoge grupe koje deluju u različitim okolnostima – deca u igri, rukovodioci koji vode raspravu o toku akcije, porota koja donosi odluku o krivici, sportski tim koji se skupi pre igre – pokazuju određene različitosti u tipovima načina ponašanja članova. Dosta je rečeno o naglašenoj sposobnosti pojedinaca da se usklade sa tuđim ponašanjem, a sigurno su i Asch i drugi pokazali da će se ljudi 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 dosledno – ponašanja koja ostali u grupi ne ispoljavaju. Vremenom će neko biti osoba kojoj je grupa dosadna. Neko će dosledno držati grupu na zadatom kursu. Neko će biti harmonizator koji interveniše da bi umirio osećanja grupe.

JEDINICA 2.2. VREDNOSTI ČLANOVA SPORTSKE GRUPE (KOMUNIKACIJSKE VEŠTINE, 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 veštine – sposobnost da se efektivno i efikasno prenosimo informacije drugima (tipovi: verbalni, neverbalni). Komunikacijske veštine mogu se definisati kao skup veština koje omogućavaju osobi da pravilno komunicira. Mi ih koristimo za govor, slušanje, čitanje i pisanje.

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

Podrška – složiti se s nekim i nekoga podsticati jer želite da on/ona uspe (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 osećate i biti u stanju da se motivišete da završite posao. Otkriva šta drugi osećaju 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 umešniji u omogućavanju uspešnih rezultata kolaboracije (Kerr i drugi, 2006).

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

To poboljšava nečiju sposobnost pokretanja i upravljanja promenama. U okviru kolaborativnog tima, pozitivan stav, uključujući uticaj promene na druge, doprinosi efikasnom

upravljanju konfliktima i rešavanju neslaganja; tj. moći pregovarati, praviti kompromise i tražiti najbolje alternative koje daju pozitivne rezultate (Xavier, 2005).

Postoje četiri domena ili kompetencije emocionalne inteligencije, a znanje, svesti i primena tih kompetencija pojedinca mogu poboljšati njegovu uspešnost (Xavier, 2005).

To su (Cox, 2011):

- Samosvest
- Samoupravljanje
- Društvena svest
- Upravljanje odnosima

Klaster samosvesti

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

Tačna samoocena – poznavanje svojih snaga, ograničenja i slabosti. Pojedinač može biti malo svestan emocija drugih ako nema tačan pogled na svoje.

Samopouzdanje – snažno osećanje vlastite vrednosti 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 promenljivim situacijama.

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

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

Orijentacija prema postignuću – težnja ka boljem i treniranje drugih da dostignu svoje najviše potencijale.

Pouzdanost – sposobnost da se pokaže integritet i doslednost emocijama i ponašanju.

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

Klaster društvene svesti

Empatija – razumevanje drugih i aktivno učešće u njihovim brigama. Uspešne vođe i saradnici poštuju ideje članova svog tima.

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

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

Klaster upravljanja odnosima

Inspiracijsko vođstvo – nadahnujuće i usmeravajuće ponašanje. Biti uzor drugima, i intelektualno i emocionalno.

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

Katalizator promena – pokretanje i upravljanje promenama. Imati pozitivan stav uključujući uticaj koji promena ima na druge.

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

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

Timski rad i saradnja – izgradnja odnosa s zajedničkom vizijom i sinergijom. Uspešni pojedinci konstruktivno rade s drugima i razumeju važnost usmeravanja svojih kolaborativnih timova prema željenim rezultatima.

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

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

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

JEDINICA 3.1. OBRAZOVANJE ZA PODSTICANJE 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 celini. Iako je kohezija višeslojni proces, ona se može raščlaniti na četiri glavne komponente: društveni odnosi, odnosi zasnovani na izvršavanju zadataka, 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 (simbolično gledano „stvari“ izgubljene nakon napuštanja grupe).

Glavni faktori koji utiču na kohezivnost grupe su: **sličnost članova, veličina grupe, poteškoće sa ulaskom, uspeh grupe i spoljna konkurencija i pretnje**. Često, ovi faktori deluju kroz jačanje identifikacije pojedinaca sa grupom kojoj pripadaju, kao i njihovih uverenja 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, vrednosti 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 veruju 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 kriterijumi ili procedure za ulazak u grupu imaju tendenciju da ih predstave u ekskluzivnijem svetlu. Što je grupa elitnija, to je prestižnije biti član te grupe. Smanjenje disonancije može se dogoditi kada je osoba pretrpela napornu inicijaciju u grupu; ako su neki aspekti grupe neprijatni, osoba može promenuti (u negativnom smislu) percepciju grupe zbog poteškoće ulaska. Tako se vrednost grupe povećava u umu člana grupe.

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

Kohezija i motivacija članova tima ključni su faktori koji doprinose uspešnosti kompanije. Razvojem prilagodljivosti, samopoštovanja, lično-motivacijskog rasta, svaki član postaje sposoban da se oseća samouvereno i da napreduje u timu. Socijalni odmor je ređi 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 redosledu (od najjačih do najslabijih): sportski timovi, grupe koje se formiraju sa svrhom, grupe u eksperimentalnim okruženjima. Grupe sa ciljevima visokih performansi bile su 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 deteta, kao i pravo na bavljenje sportom, a što je posebno sadržano u drugim međunarodnim ugovorima. Iz tih razloga i mnogih razloga koji slede, UNICEF nastavlja da zagovara ovo pravo kao fundamentalno za zdravlje i rast dece svuda.

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

Važnost sporta za decu

Unapređenje fizičkog i mentalnog razvoja dece svakako je najvažniji doprinos sporta za decu.

- Sport je veoma koristan i za decu: baveći se sportom, deca razvijaju fizičke veštine, vežbaju, sklapaju nova prijateljstva, zabavljaju se, uče da budu članovi tima, uče o fer igri, poboljšavaju svoje samopouzdanje itd.

- Unapređenje fizičkog i mentalnog razvoja dece svakako je najvažniji doprinos sportova, ali spisak vrednosti koje vaše dete može da nauči i stekne sportom se ne završava na tome.
- Drugi pozitivni aspekti su brojni, što otkriva pravu lepotu sporta.

Koje su koristi od sportova?

Većina roditelja želi podstaćidecu da se bave sportom kako bi im se pomoglo da se osećaju poštovano. Svako dete može biti uspešno u jednom ili drugom sportu. Međutim, potrebno je vreme da roditelji pronađu sport pogodan za dete. Stoga bi trebali biti strpljivi u odabiru sportova, jer je to proces koji će se dugoročno isplatiti. Nijedna druga stvar u životu ne pruža deci takvu priliku da razviju pozitivne karakterne osobine i usvoje toliko kvalitetnih vrednosti kao što to može sportska aktivnost.

Evo nekoliko koristi od bavljenja sportom:

- Dečiji karakter i moralni principi oblikuju se kroz fer igru. Štaviše, deca koja se aktivno bave sportom mogu biti dobri uzori svojim vršnjacima iz škole, susedstva ili čak školskog hora, i nadahnuti ih da se takođe bave nekim sportom.
- Bavljenje sportom omogućava im stvaranje prijateljskih odnosa koji se inače ne bi mogli uspostaviti. Na primer, prijateljstva koja profesionalni sportisti stvaraju na terenu ostaju netaknuti čak i kada se ne bave sportom i često traju celi život.
- Sportske aktivnosti okupljaju ljude iz celog sveta, bez obzira na njihovu nacionalnost, veru, kulturu ili etničku pripadnost.
- Timski rad i koristi društvene interakcije među decom najbolje se vide u sportu. Deca uče da su deotima koji zahteva isti napor svih članova da bi uspeo, kao i kako dostojanstveno i pobediti i izgubiti.
- Takmičenja na terenu i van njega vide kao prilike da se nauče na njihovom uspehu i neuspehu. Uz to, poraz u sportu često motiviše decu da sledeći put rade još teže.
- Uče se poštovati autoritet, pravila, kolege u timu i protivnike.
- Sport je važno okruženje za učenje dece. Brojna su istraživanja pokazala da deca koja se bave sportom bolje rade u školi. Takođe se unutar sporta uspostavlja i razvija status među vršnjacima i prihvatanje vršnjaka.
- Sportska iskustva pomažu u izgradnji pozitivnog samopoštovanja kod dece.
- Osim toga, bavljenje sportom može biti korisno za smanjenje stresa i povećanje osećaja telesnog i mentalnog blagostanja, kao i borbu protiv prestupništva maloletnika, sukoba i agresivnih ispada.
- Sport nije privilegija bogatih ljudi. U manje bogatim delovima sveta možete videtidecu 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 dete uključeno u sportske aktivnosti, ono se nalazi u svetu u kojem čovek može biti najbolji što može biti. Uključena su sva detetova čula, lokomotorni sistem i intelektualni kapaciteti. Bavljenjem sportom vaše dete neće postati samo jače fizički, već i psihički. Najbolje od svega, dete 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 detetu 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 vrednosti sporta sami za sebe. Znajte da je suština sporta ujediniti sve ljude širom sveta, bez obzira na socijalnu pozadinu, njihov finansijski status i zemlju iz koje dolaze.

Tabela2.1. Pozitivni i negativni uticaji sporta na mlade sportiste. Uticaj sporta na mlade (Merkel, 2013)

Pozitivni	Negativni
Fizički - o Povećana fizička aktivnost - o Poboljšana kondicija - o Doživotne fizičke, emocionalne i zdravstvene koristi - o Smanjeni rizik od gojaznosti - o Minimalizuje razvoj hronične bolesti - o Poboljšava zdravlje - o Poboljšava motoričke veštine	Fizički - o Povrede - o Needukovani treneri - o Nedoslednemere 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 veštine - o Poboljšava koncept samospoznaje/ samo-vrednosti	Psihološki - o Povećava stres da budete elitni igrač - o Visoka stopa istrošenosti - o Previše konkurentno - o Neprimerena očekivanja za dobijanja stipendija / postizanja profesionalne karijere
Socijalni - o Poboljšava socijalne veštine - o Pruža životne lekcije - o Poboljšava pozitivno socijalno ponašanje - o Poboljšava veštine upravljanja vremenom - o Poboljšava školska postignuća - o Pomaže u razvijanju strasti i postavljanja ciljeva - o Poboljšava karakter	Socijalni - o Nedosledno finansiranje za osiguranje odgovarajuće bezbednosne opreme, mesta i ravnopravnog učešća - o Rashodi - o Nejednakost u grupama (socioekonomska, etnička, geografska, polna)

Tabela2.2. Pozitivan i negativan uticaj sporta na mlade sportiste. Budućnost sporta za mlade: predložene promene 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 podcenjenih grupa – Veća dostupnost objekata i terena – Pravilna sigurnosna oprema • Pravila i propisi vođeni naukom • Treninzi pre učešća	• Pozitivno roditeljstvo kroz odgovarajuće pohvale i naglasak na zabavi više nego na pobjedi • Fokus na ciljevima sticanja veština • Pozitivno podsticanje pre, za vreme i nakon igara i treninga • Podsticati željena ponašanja - o Sportsko ponašanje - o Tačnost - o Pripremljenost (npr. pravilna odeća, oprema, hidratacija)	• Naglasite zabavu • Smanjiti naglašavanje važnosti pobjede • Pohvale tima i pojedinaca • Veći naglasak na fizičkoj aktivnosti od ovladavanja veštinama • Steći edukaciju o treniranju mladih-sportista • 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 povišenu telesnu temperaturu i potres mozga

PITANJA SAMOKONTROLE

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

ODELJAK O ZNANJU/STUDIJSKI ZADACI

STUDIJA SLUČAJA

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

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

Kreirajte aktivnu igru za sportsku grupu / tim kroz koju bi se problem mogao delimično rešiti:

- Naziv igre;
- Pravila igre;
- Varijacije igre (primer: sa/bez lopte itd.);
- Opišite kako igra može da reši 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 levoj 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 višepartnerskim 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 nerešivim sukobima: novi pristup rešavanju sukoba. *European Review of Social Psychology*, 25(1), 1–31.
- Hargie, O. (2011). Vešta 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 sportiste, *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 vežbanja*(6. izdanje.). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Wohl, M. J., Branscombe, N. R., & Klar, Y. (2006). Kolektivna krivnja: emocionalne reakcije kada je neka grupa pogrešila 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 POVERENJU I RECIPROCITETU

III. RAZVIJANJE ODNOSA IZMEĐU PORODICE I TRENERA ZASNOVANOG NA POVERENJU 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 SPORTISTA

.....	
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 REŠAVANJE SUKOBA	
PITANJA SAMOKONTROLE	
ODELJAK O ZNANJU / STUDIJSKI ZADACI	
REFERENCE.....	

OPIS

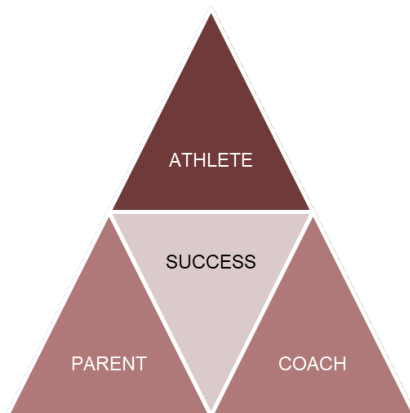
Ova je tema posvećena povećanju razumevanja roditeljske motivacije i stilova roditeljstva, te razvoju veština za komunikaciju o očekivanjima i obavezama roditelja i trenera i izradu Pravila ponašanja.

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

JEDINICA 1.1. STILOVI RODITELJSTVA I MOTIVACIJA RODITELJA

U današnje vreme veliki broj dece i mladih učestvuje u različitim sportskim aktivnostima, a sam sport uveliko utiče na njihov život. Prema Smoll-u, Cumming-u i Smith-u (2011), procenjuje se da 60,3 miliona dece 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 devojčice i dečake. 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 deci i roditeljima da nauče mnogo o sportu i da se informišu o sportskim aktivnostima koje dete 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 trećemesto, dok su aktivnosti za koje nije potrebna nikakva fizička aktivnost na prvom mestu. Autori zaključuju da deca i mladi generalno radije postižu zadovoljstvo i radost kroz aktivnost koja ne zahteva fizički napor. Zbog toga treneri moraju više raditi kako bi predstavili sport i treninge kao nešto zanimljivo za decu i na taj način ih podstakli na bavljenje sportom. Potrebno je mnogo znanja i truda trenera da bi se osmislili zanimljivi treninzi prilagođeni deci. S druge strane, roditelji prate celokupnu situaciju i formiraju velika očekivanja i od deteta 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 uspeh nameću deci, naučne studije tom problemu posvećuju puno više pažnje. Sportski uspeh deteta (Smoll, Cumming i Smith, 2011) može se prikazati kao trokut odnosa: trener–sportista–roditelj (Slika 1). Da bi se uspostavila kvalitetna saradnja, potrebno je podići svest o potrebi da svi zainteresovani imaju na umu istu perspektivu, a to je korist deteta i njegov adekvatan mentalni i fizički rast. Iz tog razloga, od suštinskog je značaja da se prihvati da deca gledaju na roditelje kao uzore, uče o ključnim životnim vrednostima, kako da se ponašaju prema vršnjacima i trenerima, kako da komuniciraju, nose se sa razočaranjem, kao i uče o pobedi i porazu, o samokontroli i kako donositi odluke. Treneri, sa druge strane, pokušavaju da usmere zabrinutost roditelja ka podizanju pozitivnog sportskog iskustva i uspostavljanju efikasne saradnje sa roditeljima. Treneri su ti koji bi trebali staviti dodatni fokus na razumevanje razlika između omladinskih i profesionalnih sportskih modela.



Slika3.1.Trougao odnosa: trener–sportista–roditelj

Učešće mladih u sportskim aktivnostima nudi mogućnosti rasta fizičkih, mentalnih i socijalnih karakteristika deteta i mladih uopšte. Sport se može shvatiti kao deo društva, i to je oblast u kojoj čovek stiče sposobnosti da se nosi sa životnim izazovima. Profesionalni sport, naprotiv, eksplicitno je komercijalno orijentisan. Finansijski uspeh je od primarne važnosti i značajno zavisi o konačnom rezultatu, tj. pobedi. Stoga je profesionalni sport vrlo cenjen i privlači znatno veći interes nego pre. Problem nastaje kada odrasli pogrešno nameću svoj profesionalni model onome što bi moralo biti rekreativno i edukaciono iskustvo za mlade–tzv. „profesionalizacija“ sporta za mlade (Smoll, Cumming i Smith, 2011).

Sasvim je jasno da su roditelji važni u razvoju mladih sportista. Verujemo 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 deci nedostaju aktivnosti koje su im važne. Imaju vrlo male zahteve, 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 deteta i roditelja. Tabela 3.1. predstavlja smernice za trenere.

Tabela3.1.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 vrednost sporta

Ne pružaju podršku	Pokažite istinsko zanimanje i podršku za svoje dete
--------------------	---

Roditelji koji su preterano kritični okarakterisani su kao prenametljivi, hladni, uspostavljaju čvrsta pravila i često kažnjavaju dete (čak i fizički), uspostavljajući tako jednosmernu komunikaciju. Ovi roditelji često neuspeh deteta 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 preterano kritičan

Kako prepoznati?	Šta uraditi po tom pitanju?
Ruže decu	Objasnite važnost pohvale za dečije samopoštovanje
Nikada nisu dovoljno zadovoljni sa njihovim postignućima	Naglasite negativne posledice stalne kritike na uspešnost deteta
Više zainteresovani za sport nego za dete	Pokažite svojim primerom kako motivisati i uputiti dete

Roditelji koji vrište iza klupe su roditelji čiji se jaki glas lako razlikuje od ostalih. Najčešće će sedeti 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 šta učiniti u slučaju roditelja koji vrišti iza klupe

Kako prepoznati?	Šta uraditi po tom pitanju?
Sede direktno iza klupe i vrište	Ne raspravljajte se tokom takmičenja
Glasniji su od trenera	Tokom pauze, recite im direktno da daju loše primere 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 savete trenerima, pa čak i savetuju sportiste tokom takmičenja. Ovaj stil često stvara problem trenerima, jer roditelji žele da nametnu autoritet svakom sportisti i prisiljavaju sportiste da ih slušaju umesto 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 šta učiniti kada imate roditelja koji je sporedni trener

Kako prepoznati?	Šta uraditi po tom pitanju?
Daju sugestije detetu	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 dete više sluša nego trenera	Recite sportistima da treba da slušaju upute trenera
	Ako je moguće, zamolite roditelje da budu ili treneri ili posmatrači

Preterano zaštitni roditelji su roditelji koji su uvek zabrinuti, oprezni prema svakom potezu koji njihovo dete napravi. Njihov najveći strah je da će se njihovo dete povrediti, a ovi roditelji su najčešće majke. Ova specifična situacija opisana je u Tabeli 3.5.

Tabela 3.5. Kako prepoznati i šta učiniti kada imate roditelja koji je preterano zaštitni roditelj

Kako prepoznati?	Šta uraditi po tom pitanju?
Zabrinuti pogledi i komentari	Porazgovarajte sa njima o njihovom strahu od povreda
Prete da će povući dete iz igre	Objasnite sigurnosna pravila
Previše se brinu o dobrobiti deteta	Recite im da su i gubici i pobeđe sastavni deo igre

S obzirom da je cilj roditelja i trenera isti, a to je dobrobit deteta 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 motivacione atmosfere za učenje i poboljšanje u sportu.

Kvalitetni odnos može rezultirati dragocnim informacijama o detetu, 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 sledećih 5 pitanja:

- 1 Možete li deliti svog sina ili kćerku sa trenerom (znači: da li možete da verujete treneru i prihvatate li njegov autoritet?)
- 2 Možete li prihvatiti dečije razočaranje?
- 3 Da li možete da pokažete samokontrolu pred detetom?
- 4 Možete li posvetiti malo vremena dečijem sportu?
- 5 Možete li dozvoliti vašem detetu da donosi svoje sopstvene odluke?

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

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

- 1 Posvećeni su svom detetu
- 2 Služe kao model aktivnog života
- 3 Izlažu svoju decu 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 deteta
- 8 Dolaze na treninge i takmičenja
- 9 Podržavaju i ohrabruju svoje dete

JEDINICA 1.2. TRENIRANJE KAO EMOCIONALNI NAPOR

Kao što je opšte poznato, treneri nisu samo most između znanja i sportista, oni su neko ko vodi računa o svom sportisti. U svom radu pokušavaju da kontrolišu emocije koje se tiču sportista 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 kvaliteta: pozitivan interes prema učenicima unutar i izvan učionice, strpljenje u komunikaciji s roditeljima učenika, dobro funkcionisanje s kolegama i poštovanje vođstva. 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 slediti opšta pravila koja se 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 izbegavanja pokazivanja ekstremnih emocija u razredu (bes, tuga, preterana 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 delovanje, dubinsko delovanje i prirodni izraz osećaja.

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

Dubinsko delovanje uključuje situacije kada su pojedinačna osećanja i zahtevi za izražavanje emocija nedosledni. Osoba menja unutrašnje emocije tako da unutrašnji osećaj harmonizuje sa potrebnom emocionalnom ekspresijom. Na primer, kada sportistadeli svoje brige, pokušavamo da stvarno osetimo kako se osećaju kako bi pružili pomoć i savet.

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

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

JEDINICA 1.3. SASTANAK TRENERA I RODITELJA

Ključ uspešne saradnje sa roditeljima je planiranje roditeljskog sastanka pre početka sezone. Da bi sastanak bio uspešan, potrebno je unapred isplanirati svrhu sastanka i sam sastanak. Posebno je važno ovaj sastanak iskoristiti kao prevenciju za moguće probleme tokom sezone. Jednostavno rečeno, održavanje roditeljskog sastanka vredi truda i vremena kako bi se osigurala potrebna podrška i detetu i treneru.

Svrha sastanka trenera i roditelja je:

- a) Da poboljšaju roditeljsko razumevanje mladih sportista;
- b) Da steknu roditeljsku saradnju i podršku.

Sasvim je čest slučaj da treneri oklevaju u organizaciji roditeljskog sastanka, jer se osećaju 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 pre početka sezone; trebaju biti jednostavni, dobro pripremljeni i organizovani, s jasnim planom. Susret bi trebao biti organizovan bez prisustva sportista (Smoll, Cumming i Smith, 2011).

Sledeći 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 vrednosti želite postići
- 3 Detalji programa
 - Oprema za trening
 - Raspored treninga
 - Glavna pravila i smernice
 - Posebna pravila za nivo stručnosti i nivo takmičenja
 - Medicinska pitanja (lekarski 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

- Vreme sastanaka, važnost dvosmerne 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 razumevanje. 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 obe 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 vežba 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 usmerava vašu pažnju na ono što osoba govori i oseća, zajedno sa davanjem pravih povratnih informacija pomoću reči, tako da razumete poruku koja je usmerena prema vama (reči i osećanja). Vaš cilj kao aktivnog slušaoca je zaista da razumete osobu koja razgovara sa vama, zajedno sa njihovom perspektivom (bez obzira da li se slažete ili ne) i da to razumevanje demonstrirate govorniku, kako biste potvrdili da ste pravilno razumeli. Aktivno slušanje sprečava nesporazume, poštuje stavove, mišljenja i osećaje drugih, a sagovornik se u takvom razgovoru oseća 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 deo 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 reči– slušalac sluša samo onoliko koliko može kako bi ugrabio priliku da sam/sama govori;
- Odbrambeno slušanje – slušalac je emotivan;
- Slušanje iz zasede – 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:

- „Razumem 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 saveta:
 - ✓ Na početku razgovora, kažete sebi: „Ovaj put ću aktivno slušati“
 - ✓ Izbegavajte sva ometanja
 - ✓ Kada želite nešto da kažete, „zagrizite za jezik“
- Nemojte prekidati
 - ✓ Ne pogađajte šta je neko hteo da kaže

- ✓ Ne dovršavajte tuđe rečenice
- ✓ Ako trebate prestati zbog nedostatka vremena:
 - 1) izvinite se;
 - 2) Objasnite zašto prekidate
 - 3) Rezimirajte pre nego što odete ("Žao mi je, stvarno moram da vas prekinem jer moram da prisustvujem sastanku ...", "Stvarno razumem i pokušaću da ...")

- Razmišljanje

- ✓ Ponovite reči 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: Verujem da vas ovo frustrira.

- ✓ Gledajte osobu pravo u oči, ali ne zurite
- ✓ Izbegavajteometajuće pokrete koji će privući njihovu pažnju

- Govor tela

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

Pokažite empatiju, priznajte osećaje drugih i verbalna potvrda osećaja drugih ljudi treba biti podržana govorom tela, 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 primer:

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

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

Treba izbegavati pretpostavke, jer vode nerazumevanju

- Parafraziranje

Sa što je manje moguće reći, rezimirajte izjavu druge osobe koristeći se vlastitim rečima kako biste bili sigurni da ste pravilno razumeli i da ste primili suštinu poruke. Ponovite izjavu vlastitim rečima kako bi vas druga osoba mogla obavestiti jeste li razumeli ili ne. Upotrebite parafraziranje kada ne razumete poruku druge osobe. To se odnosi samo na sadržaj poruke, bez davanja vrednosti, prosuđivanja ili tumačenja iste.

Samo pokazujemo da želimo što bolje razumeti govornika:

- ✓ "Ako sam te dobro razumeo/la ..."
- ✓ "Čini se da u to zaista veruješ ..."
- ✓ "Znači li to da ..."

JEDINICA 2.2. EFIKASNE POVRATNE INFORMACIJE

Roditelje treba informisati o performansama deteta, kao i o svim ostalim stvarima koje su im korisne. Stoga bi treneri trebali biti spremni odgovoriti na pitanja i ostati otvoreni prema roditeljima. Uvek treba imati na umu da je komunikacija dvosmerna ulica. Ako treneri drže komunikaciju otvorenom, najverovatnije je da će odnos sa roditeljima biti konstruktivan. Poticanje dvosmerne komunikacije ne znači da će komunikacija trenera biti ugrožena. Poticanje dvosmerne 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 gdeće se takva komunikacija odvijati. Takva komunikacija ne sme da bude tokom treninga, takmičenja ili u prisustvu mladih sportista.

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

JEDINICA 3. REŠAVANJA SUKOBA

Razvijanje veština za rešavanje sukoba i saradnja sa roditeljima u ovoj oblasti

Šta odrasli obično rade kada su deca u sukobu?

- 1 Kažnjavanje –za decu, kažnjavanje i ponašanje vrlo često nisu povezani.
- 2 Suočite se sa posledicama - neprihvatljivo ponašanje povezano sa posledicama.
- 3 Koristite pristup usmeren na rešavanje problema - na ponašanje se gleda kao na problem koji treba rešiti.

U sva tri pristupa roditelj odabire kaznu ili negativnu posledicu bez uključivanja deteta 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 razumevanje i proces zaceljenja nakon dodeljivanja krivice ili kazne. Može uspostaviti etički sistem nege i pravde, što škole čini sigurnijim i srećnijim mestom, ne samo smanjenjem konflikata, već i razvijanjem veština aktivnog građanstva, visokog samopoštovanja, otvorene komunikacije i timskog rada učenika.

Tabela3.6. 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 rešavanje problema izražavanjem osećaja i potreba i kako ih ispuniti u budućnosti

O kazni će odlučivati autoritet	Dijalog i pregovaranje svih uključenih
Nametanje boli ili neugodnosti	Obnova obe strane s ciljem pomirenja i priznavanje odgovornosti za izbore
Pažnja je usmerena na pravila i poslušnost u kontekstu pravila	Pažnja je usmerena 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 zamenjena drugom	Fokus na popravci socijalne povrede
Na ostale se gleda kao na posmatrače	Ostali su uključeni u olakšavanje pregovora
Odgovornost definisana kao primanje kazne	Odgovornost se shvata kao razumevanje uticaja radnji, preuzimanje odgovornosti za izbor i predlaganje načina da se šteta popravi

Uloga roditelja u sukobu

- 1 Pozovite decu/sportiste 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 razumevanje da sukob pogađa sve ljude u blizini
- 5 Dogovorite se o posledicama i radnjama

Kada dođe do sukoba...

Ako se dogodi sukob između maloletnih sportista, u njegovo rešavanje moraju biti uključeni roditelji:

- 1 Pozovite roditelje
- 2 Objasnite objektivno konfliktnu situaciju
- 3 Pitajte roditelje šta misle
- 4 Recite im šta ste preduzeli za rešavanje sukoba
- 5 Objasnite njihovu ulogu u rešavanju 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 razumete 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

Greške i sukobi često se događaju svima i ne bismo trebali sebe i druge predstavljati kao nepogrešive. Greške treba prihvatiti. Ako roditelj ukaže na našu grešku, trebali bismo je prihvatiti i

napraviti plan kako je promeniti. Naše prihvatanje greške uči decu da se ponašaju na isti način, i tada nema potrebe za neophodnom promenom.

Na primer: stvarno nisam primetio/la da je dete 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 poverenjem i integritetom.

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

PITANJA SAMOKONTROLE

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

ODELJAK O ZNANJU / STUDIJSKI ZADACI

STUDIJA SLUČAJA

Vodite me do pobede

Pravila igre: Članovi tima podeljeni su u parove. Jedan deo terena koristiće se kao poligon za obuku s preprekama (što je više prepreka to bolje). Jedan će učesnik imati povez na očima (i ne sme unapred videti poligon s preprekama), a drugi učesnik ga vodi. Pravilo je da osoba koja vodi kolegu s povezom na očima ne sme da ga dodiruje, već koristi reči kako bi ga sigurno vodila do cilja. Pobeđuje prva ekipa koja pređe završnu crtu. Prepreke se ne smeju premeštati ili dirati.

Varijacije: U slučaju manje dece, prepreke bi trebale biti izrađene od mekšeg materijala, kako bi se izbegle povrede.

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

REFERENCE

- Badrić, M., Prskalo, I. (2011) Participiranje fizičke aktivnosti u slobodnom vremenu dece 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 primenjenu 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 PROMENE

IV. OSNAŽIVANJE KROZ SPORT ZA DRUŠTVENE PROMENE

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

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. USPEŠNA 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 ZAJEDNICE 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. KORIŠĆENJE KVALITETNOG FIZIČKOG VASPITANJA ZA PROMOCIJU POZITIVNOG RAZVOJA MLADIH	
PITANJA SAMOKONTROLE	
ODELJAK O ZNANJU / STUDIJSKI ZADACI	
REFERENCE.....	

OPIS

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

JEDINICA 1. ULOGA SPORTA U JAČANJU KAPACITETA ZAJEDNICE

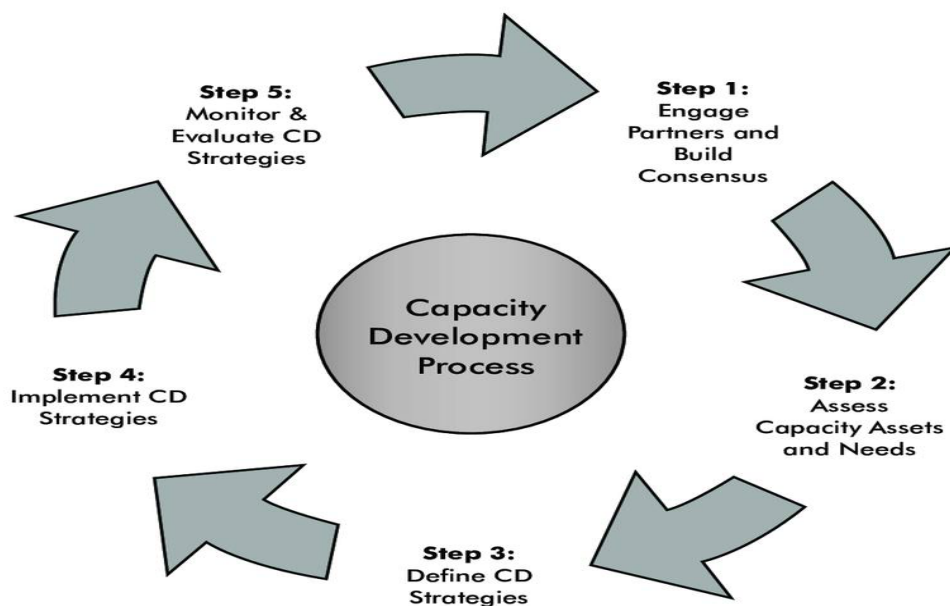
JEDINICA 1.1. KAPACITET I IZGRADNJA KAPACITETA

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 stiču, jačaju i održavaju sposobnosti za postavljanje i postizanje vlastitih razvojnih ciljeva tokom vremena.



Slika4.1. Proces razvoja kapaciteta (UNDP, 2007)

JEDINICA 1.2. RAZVOJ ZAJEDNICE I ODRŽIVOST ZAJEDNICE

- Razvoj zajednice zasnovan je na pretpostavci da se održivost zajednice može vremenom poboljšati na samodovoljan način usmeren na delovanje.
- Kapacitet se procenjuje različito za svaku zajednicu, ali odnosi se na kvalitet i količinu: ljudskih, fizičkih i finansijskih resursa kojima zajednica mora pomoći u procesu promene (Vail, 2007: 574).

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

Definicija sporta koju nudi Veće Europe (2001):

„Sport podrazumeva 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 veština, znanja i resursa, povećanje socijalne kohezije, omogućavanje dijaloga u zajednici, razvoj vođstva i podsticanje građanskog učešća.

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

Za mnoge mlade ljude sport ima značajan uticaj na:

- obrazovnu politiku,
- izbegavanje 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 veština, znanja i resursa,
- povećanja socijalne kohezije,
- olakšavanja struktura i mehanizama za dijalog u zajednici,
- razvoja vođstva i
- podsticanja građanskog učešća.

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

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

JEDINICA 1.4. USPEŠNA PROGRAMSKA ŠEMA

Planiranje

- **Partnerstva i dogovoreni ciljevi:** Od vitalnog je značaja međusobno razumevanje svih zainteresovanih strana.
- **Ciljevi:** vitalni delovi procesa konsolidacije su: postavljanje jasnih i merljivih ciljeva, ciljeva i pridruženih radnih programa, s pažljivo planiranim i dogovorenim strategijama za razvoj sporta u zajednici. Ciljeve i pokazatelje uspešnosti moraju postaviti ljudi koji razumeju lokalne probleme, zajedno s realnim vremenskim okvirima.

- **Osoblje:** Ako je moguće, celo osoblje bi trebalo biti na položaju pre početka programa i doprineti razvoju strategije.
- **Identitet i status:** Trebao bi biti uspostavljen odgovarajući relevantni profesionalni i razvoj identiteta za uspešan sportski razvoj u zajednici.

Izvršenje

- **Oснаživanje 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 zapovedne kanale od početka.
- **Osoblje:** Sportske inicijative unutar društveno isključenih grupa zahtevaju prilagođeni set veština: sportska sposobnost, komunikacione veštine i empatija sa ljudima koji su možda slabo motivisani za bavljenje sportom.
- **Obuka:** Partneri bi trebalo da dobiju programe obuke za razvijanje veština 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 kontaktu sa tim ljudima / grupama,** koristeći kampanje za podizanje svesti i motivacione 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?

- Obezbedite širok izbor aktivnosti
- Ohrabrite početnike
- Obezbedite mogućnosti na pristupačnim objektima
- Obezbedite prevoz ako je potrebno
- Obezbedite 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 ocenjujte program
- Prepoznajte da će većinu korisnika više zanimati zabava, a ne visok nivo stručnosti
- Uvek 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, mesta, datumi početka, aktivnosti, troškovi, početnici dobrodošli, kontakt.

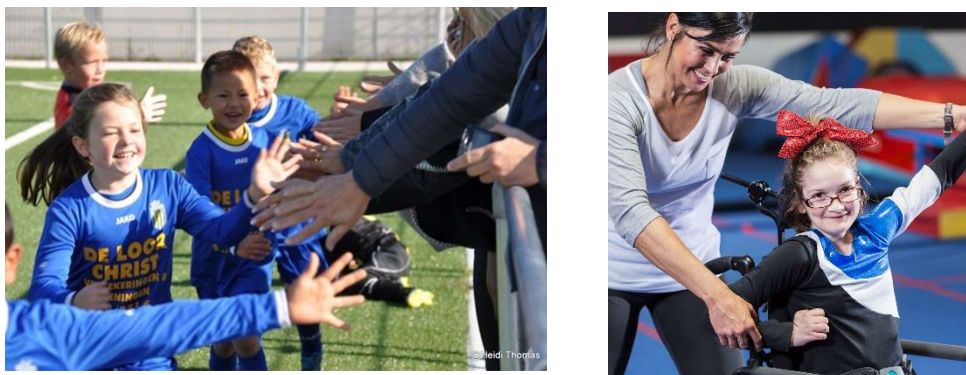
Socijalna isključenost može biti u različitim oblicima, poput nedostatka pristupa moći, znanju, uslugama, pogodnostima, izboru i mogućnostima.

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

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

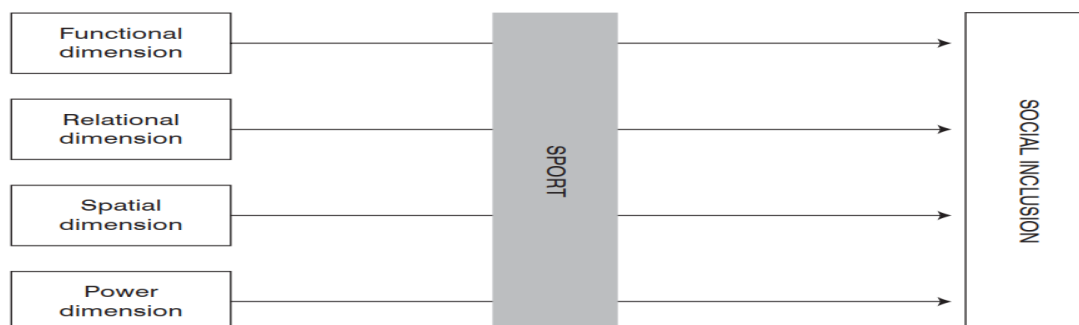
JEDINICA 2.2. SPORT I SOCIJALNA UKLJUČENOST

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



Slika4.2. Uključenost u dečiji sport

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



Slika4.3. Sport u socijalnoj uključenosti

JEDINICA 2.3. KA DRUŠTVENO UKLJUČIVOM SPORTU

Pozitivna iskustva za pojedince u okviru sportskih programa i, posledično, povećanje potencijala za pozitivan društveni uticaj.
Imati kredibilno **vođstvo** kada su u pitanju programi.
Uključivanje **mladih** u procese odlučivanja.
Naglašavanje značaja društvenih odnosa usredsređeno je na procese **učenja**.

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

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

POJEDINAC



ZAJEDNICA

Slika4.4. Prebacivanje fokusa s pojedinca na zajednicu

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

- Stvaranje uslova neophodnih za sport da bi imao korisne rezultate
- Preduzimanje akcija i interakcija trenera i nastavnika na način da utiču u onoj meri u kojoj deca i mladi doživljavaju pozitivne aspekte i shvataju veliki potencijal sporta
- Učinci sporta određivaće se učestalošću i intenzitetom učešća i stepenom uključenosti učesnika tokom vremena
- Poboljšanje kondicije i zdravlja ima uticaj na razvoj tehničkih i socijalnih veština, a posebno stavova i vrednosti.

Trebali bismo i diskutovati o sledećem i zapitati se

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

Može li sport okupiti ljude različitog porekla?

Može li sport delovati kao sila društvene transformacije i promene?

Može li sport doprineti društvenoj uključenosti?

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

DA - sport MOŽE okupiti ljude različitog porekla!

DA - sport MOŽE delovati kao sila društvene transformacije i promene!

DA - sport MOŽE doprineti 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, deca sa invaliditetom itd.



Slika4.5. 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 decom, mladima ili vrlo mladim sportistima 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 naizmenično.



Slika4.6. Povezivanje pojedinaca u grupu
(<https://virtualteambuilders.com/author/michael-spiar/page/10/>)

JEDINICA 3.2. FUNKCIONALNE DIMENZIJE

Hellison veruje da bi se vaspitači uvek trebali pitati da li je njihovo viđenje i metoda podučavanja vredna implementacije i da li je ono što rade učinkovito.

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

Na primer, nulti nivo predstavljen je kao potresno, uvredljivo ponašanje i agresivna igra (prisutna među socijalno ugroženom decom– koja su često maltretirana), gde nivo 5 predstavlja integraciju vrednosti TPSR-a u druga područja života.

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

Nivo 1 – Poštovanje prava i osećanja drugih – ima samokontrolu i mirno rešava 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 odoleva pritisku vršnjaka

Nivo 4 – Pomoć drugima i pokazivanje liderskih veština – pokazuje brigu, osetljivost i zabrinutost za druge u razredu/klasi

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

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

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

1. Saradnja sa porodicom dece;
2. Podsticanje grupne kohezije;
3. Korišćenje strategija inkluzivnog obrazovanja;
4. Promovisanje građanske odgovornosti;
5. Prepoznavanje opasnih situacija.

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

Potrebno je osmisлити programe fizičke aktivnosti koji će se primenjivati u specifičnom socio-kulturnom okruženju, koji će uključivati socijalno ugroženu decu 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 dece. Deca moraju imati osećaj 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 mogućnosti učešća“ (Carroll, 1993).

Osnaživanje ovih grupa potrebno je kako bi se prevazišle očigledne 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 vaspitanja, ima snažan učinak na samopoštovanje, samopouzdanje i prihvatanje od strane vršnjaka (Bailey, 2000).

Daleko je manje verovatno da će mladi ljudi s invaliditetom učestvovati u vannastavnim ili vanškolskim sportskim aktivnostima (Finch i drugi, 2001).

Bitno je da se deci 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 dece) jedan je od najučinkovitijih načina njihovog povezivanja i ponovnog uključivanja.



Slika4.8. 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 ujedineni za promociju obrazovanja i rekreacije),
- Prve životne veštine 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;
- podsticati psihosocijalni rast.

JEDINICA 4.2. RAZVOJNI MODEL UČEŠĆA U SPORTU

Sportski programi za mlade mogu osigurati njihovu fizičku aktivnost, što za rezultat može imati poboljšanje njihovog fizičkog zdravlja.

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

Tabela 1. Pozitivan i negativan uticaj sporta na mlade sportiste. Budućnost omladinskog sporta: predložene promene 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).



Slika4.9. Sportski programi za mlade imaju potencijal za razvijanje pozitivnih vrednosti(Côté 2002)

Na osnovu istraživanja o omladinskom sportu, dati su sledećipredlozi 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 dece i između dece i odraslih predstavljaju sastavni deo bilo kog sportskog programa za decu (uzrasta od 6 do 12 godina) i one bi trebale da između ostalog obuhvataju igru i prilike da se isprobaju različiti oblici sportskih aktivnosti.

„Uzrokovanje“ i „igranje“ tokom detinjstva 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).

Pre nego što napune 12 godina, mnoga deca nemaju mogućnost da u potpunosti razumeju takmičarske timske sportove.

Deca 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 meri da doprinese ovom aspektu. Međutim, bliska komunikacija ne mora nužno da bude jednostavno zajedničko druženje. Roditelji vrlo često vrše pritisak na decu, a mladi to mogu da oseću. 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 razumeju prednosti i slabosti jedni 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 unapred. Vršnjačke vođe dele sa njima neke od svojih snova. Učesnici nauče razliku između snova i ciljeva i kako san pretvoriti u cilj.



Slika4.10. 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 postavljača ciljeva.

Praktikuju razlikovanje ciljeva koji su važni za postavljača ciljeva i ciljeva koji su pozitivno navedeni.



Slika4.11. Dečiji 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 menjati tako da uključuju proksimalne procese izgrađene na osnovu aktivnosti specifičnih treninga i specijalizacije u jednom sportu. Adolescenti treba da imaju dvemogućnosti: 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.

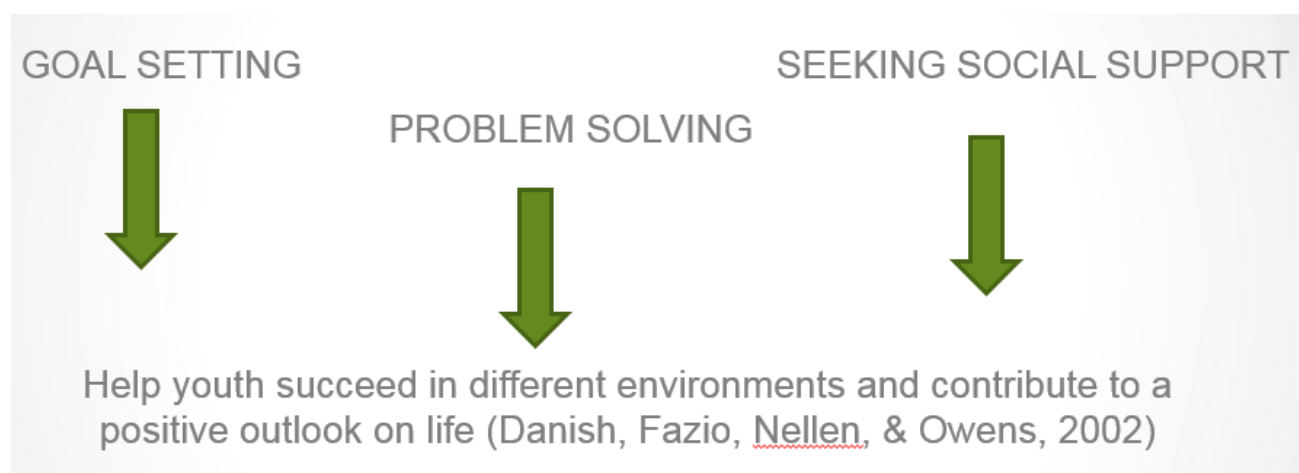
Prioritet trenera, roditelja i odraslih koji su uključeni u sportsko iskustvo za mlade treba da predstavljaju razvojna sredstva osobe (deteta ili adolescenta) uključena u sportski program (Cote i drugi, 2008).

JEDINICA 4.3. POZITIVAN RAZVOJ MLADIH KROZ SPORT

Sledeće karakteristike pozitivnog razvoja mladih treba da se primene 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 dece tokom vremena;
- **Administratori, treneri i roditelji** moraju gledati izvan granica same zabave, na narednu igru ili finale sezone i takođe se koncentrisati na dugoročne pozitivne razvojne ishode deteta-sportista (Cote i drugi, 2008).

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



Slika4.12. Doprinos sporta u razvoju mladih (Danish, Fazio, Nellen, & Owens, 2002)

Roditelji i treneri imaju značajan uticaj na lični i društveni razvoj dece koja se bave sportom. Znanje o treniranju je višedimenzionalna karakteristika stručnih trenera. To uključuje lično ponašanje, iskustva i strategije trenera da se efikasno i uspešnoispune zahtevi efikasnog i uspešnog treniranja (Côté & Gilbert, 2009). Interpersonalno znanje je sposobnost negovanja pozitivnih odnosa sa sportistima, roditeljima i ostalim uključenim stranama. Uključuje odgovarajuće i učinkovite komunikacioneveštine 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 i za razvoj postepeno su uređeni kako bi doprineli zajedništvu u grupi, socijalnoj koheziji i jačanju mreže.

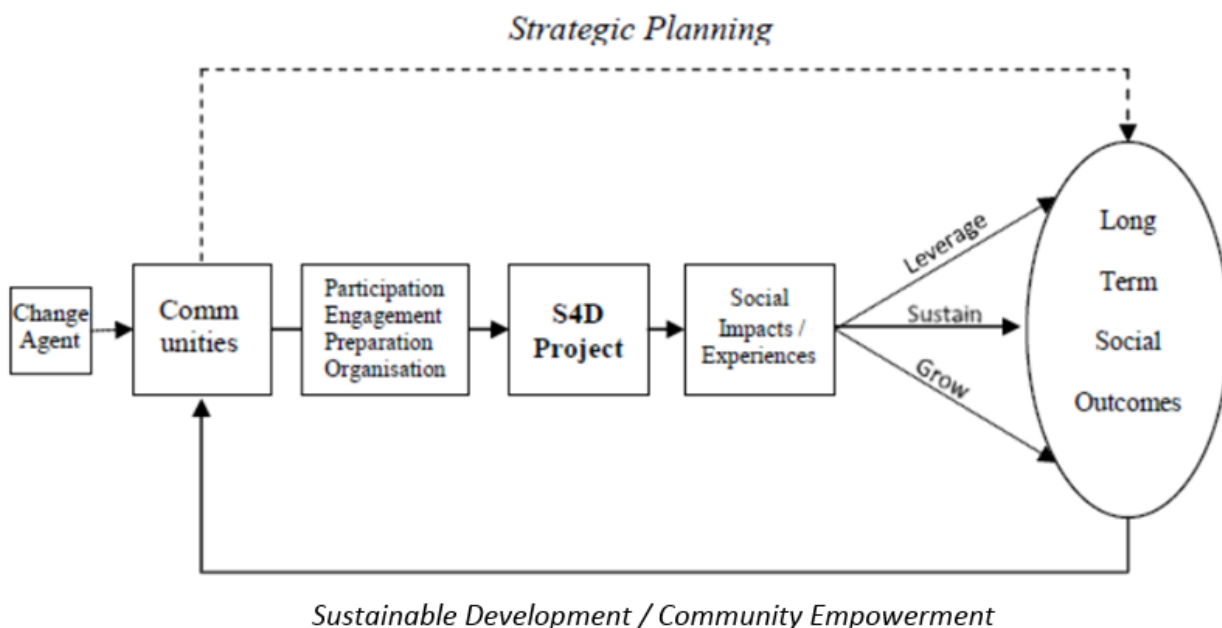
Očekuje se da će takvi modeli osigurati praktična istraživanja u oblasti razvoja zajednice koja mogu pružiti savete za upravljanje, planiranje sporta i događaja i njihov uticaj.

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 razumevanju 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 podeljen je u tri povezane i međusobno vezane oblasti upravljanja sportskim događajima, direktnih društvenih uticaja i dugoročnih socijalnih rezultata.



Slika4.13. 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 veštinama i izgraditi stavove koji će ih osposobiti za produktivnu budućnost. Kvalitet odnosa uspostavljenih u interakcijama mentorstva (Catalano i drugi 2002) i savetovanja (Sexton i Whiston 1994) pokazao se od presudne važnosti za podsticanje učešća u sportu i pozitivnih ishoda učesnika. Oni koji nisu u mogućnosti da izgrade odnose pune poverenja sa mladima manje je verovatno da će stvoriti okruženje u kojem će učesnici biti spremni da rizikuju i gde znaju da je greška normalan deo procesa učenja.

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

- a) empatija,
- b) održavanje visokih i pozitivnih očekivanja za pojedince, i
- c) zagovaranje.

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

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

- Usmereno je na dete,
- Stvara pozitivno okruženje,
- Razvija veštine i znanja potrebna za negovanje nezavisnosti i samostalnih učenika,
- Obuhvata ljudska prava, rodnu jednakost i mirovno obrazovanje (međunarodno veće za zdravlje, fizičko obrazovanje, rekreaciju, sport i ples 2001).

Kvalitetni programi fizičkog vaspitanja usvajaju holistički pristup podsticanju 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 zavisiće 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 uspešnih programa.

Opišite i objasnite prednosti socijalno inkluzivnog sporta.

Koje su komponente razvojnog modela učešća u sportu?

ODELJAK O ZNANJU

1. Šta je kapacitet i izgradnja kapaciteta?

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

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

3. Kako naterati članove zajednice da dugoročno učestvuju u sportu? Navedite 5 načina (Odgovori za izabrati: Obezbedite širok izbor aktivnosti; Ohrabrite početnike; Omogućite pristupačne objekte; Obezbedite prevoz ako je potrebno; Omogućite 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 ocenjujte program; Prepoznajte da će većinu korisnika više zanimati zabava, a ne visok nivo stručnosti; Uvek 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 osećaju vrednovanim, poštuju se njihove razlike i ispunjavaju njihove osnovne potrebe, tako da mogu dostojno živjeti)

5. Navedite tri od pet veština koje suzbijaju nasilje nad socijalno ugroženom decom.

(Odgovori za izabrati: Saradnja s porodicom dece; Stimulacija grupne kohezije; Korišćenje 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 deca sarađuju pre 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 dete 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 primene. U: R. M. Lerner & W. Damon (Ur.), Priručnik dečije psihologije: Teoretski modeli čovekovog razvoja (str. 894-941). Hoboken, NJ, SAD: John Wiley & Sons Inc.
- Bredemeier B. (1995). Razlike u moralnim rezonovanjima dece 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 izveštaj: 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 dece 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 dece 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 veština putem sporta: programi zasnovani u zajednici za unapređenje razvoja adolescenata. U: JL Van Raalte, BW Brewer (urednici), Istraživanje psihologije sporta i vežbe, (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 veština 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 primenjenu 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. *Primenjena 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 vrednost kroz sport: vrednost sporta za lokalne organe vlasti (London, SE).



Sport Against Violence and Exclusion

V. PREDRASUDE I REŠAVANJE PROBLEMA NASILJA I ISKLJUČENOSTI

V. PREDRASUDE I REŠAVANJE PROBLEMA NASILJA I ISKLJUČENOSTI

AUTORI: Doktorant Ambra Gentile; Dr Antonino Bianco; Dr Antonio Palma; Dr Stefano Boca.

SADRŽAJ

JEDINICA 1.PREDRASUDE I TEORIJE KONTAKATA (ALLPORT, 1952).....	
JEDINICA 2. PREVENTIVNE STRATEGIJE.....	
JEDINICA 3.SUKOB.....	
JEDINICA 4.POSLEDICE NASILJA I ISKLJUČENOSTI	
JEDINICA 5.PROMOCIJA POŠTOVANJA KROZ GRUPNU DINAMIKU	
PITANJA SAMOKONTROLE	
ODELJAK 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 celovitu 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 nastaje iz Teorije kontakata (1954).

Modul se sastoji od pet tema, koje se bave prevencijom (tema 2, tema 5), rešavanjem 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 ocenjivanja. Ovo će pomoći trenerima da razviju lični način pristupanja tim problemima.

Predrasude se definišu kao evaluacija izražena pre nego što sadrži sve elemente potrebne za tačnu i pouzdanu procenu. U socijalnoj psihologiji, pojam „predrasuda“ koristi se da označi negativan stav prema društvenoj grupi ili kategoriji, ili onome ko je njen deo, koji se procenjuje ocenom 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 poreklo predrasude sa o ličnim karakteristikama pojedinaca, posebno u dobi ranog detinjstva. 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 merama 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 detinjstva, ali ova teorija pretpostavlja da su dogmatski pojedinci opremljeni kognitivnom strukturom koja je sposobna da organizuje verovanja i informacije na izolovan način, ne dopuštajući izražavanje mišljenja koja su im neprimerena.

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 (verovanja);
- Emocionalna veza sa našom grupom (uticaji);
- Opšta procena koju imamo o sebi nastala je iz ove grupe (npr. osećaj ponosa, socijalni status itd.).

Informacije koje znamo o našoj grupi dobijaju se iz nekih procena koje nam omogućuju da se stavimo u grupu (unutrašnje grupe) i da se razlikujemo od spoljašnje grupe (spoljašnje grupe).

Unutrašnja i spoljašnja grupa. Kada se identifikujemo sa grupom (naša grupa = unutrašnja grupa), mi mislimo o sebi kao izmenjivim članovima grupe, a ne o jedinstvenim pojedincima. Ovo je normalan proces (= depersonalizacija) koji nije negativan, jer svoj identitet premeštamo sa ličnog identiteta u socijalni identitet. Ljudi koji nisu deo naše društvene grupe percipiraju se kao "drugi" (spoljašnja 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 nastalo iz predrasuda sastoji od dve komponente: same predrasude i motivacija za suzbijanje istih (Crandall & Eshleman, 2003). Ljudi, pokušavajući da zadovolje ove dve motivacije, pokazuju nestabilnost u svom ponašanju i nedoslednost u svojim mislima.

Istinska predrasuda. Istinska predrasuda je negativan stav, naučen tokom detinjstva, koji motiviše radnju koja se ne temelji na racionalnim procenama. To se uči u ranom detinjstvu temeljem stavova roditelja. Na primer, 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 primer, uverenje da nije ispravno izražavati loše misli o ljudima druge rase.

Istinska predrasuda + Faktori supresije = Izražene predrasude

Na primer, kada smo pod pritiskom ili uvređeni, 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 mešovitih rasa, a česte bi mogle biti i epizode netolerancije. Da bi se smanjile predrasude, prema teoriji intergrupnih kontakata trebali bi biti prisutni sledeći 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 usmeriti pažnju grupe na postizanje zajedničkog cilja (npr. pobjedu u sportskoj sezoni);
- **Međugrupna saradnja** – trener bi trebao usmeriti 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 usmerene na uzajamno poštovanje i sankcije neadekvatnog ponašanja.

JEDINICA2. PREVENTIVNE STRATEGIJE

Socijalne programe karakteriše zajednička klasifikacija o efikasnosti strategije u sprečavanju ili smanjenju negativnih posledica poremećajnih fenomena.

Klasifikacija preventivne strategije. Mogu se identifikovati tri nivoa prevencije:

- **Primarni** – prevencija deluje 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 posledica hronične situacije.

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

KORAK 1: Identifikujte problem. Za efikasnu preventivnu strategiju potrebna je dobra analiza problema koji želite da sprečite. 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 zahteva 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 beleške 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 beleški uzetih tokom implementacije može biti korisno.

Primer: Model javnog zdravstva

U Severnoj 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 sledećih akcija:

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

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

- Važnost;
- Promenljivost;
- Izvodivost;
- 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 delova bore za nespojive interese. To je normalna situacija unutar i među grupama. Iz ovog razloga je korisno znati njegove karakteristike i način da se reši. Jedan od mogućih načina objašnjava Sherif (1954) kroz Teoriju realističnog sukoba, koja je pokazala da do sukoba dolazi kada se dve ili više grupa počnu takmičiti za ograničene resurse, predstavljajući neke strategije za podsticanje saradnje.

Primer – Eksperiment Robbers Cave

1954., Muzafer Sherif i njegova istraživačka grupa organizovali su tronedeljni letnji kamp u kome je učestvovalo 22 dece koja se nikada ranije nisu sreli. Svi učesnici imali su 11 godina i poticali su iz iste kulturološke, ekonomske, socijalne i verske pozadine. Decu je podelio u dve grupe, pri čemu su se grupe međusobno ignorisale.

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

2. faza: Kontakt sa drugom grupom – Druga faza sastojala se od stvaranja nesloge između dve grupe. Iz tog razloga, organizovano je mnogo takmičarskih aktivnosti, a neke nagrade su dodeljene pobedničkoj grupi; Kao posledica toga, razlike unutar grupa i između grupa su bile vidljive i deca su počela da se vređaju, gde 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 dece da sarađuju kako bi sanirali štetu), od dece se tražilo da sarađuju kako bi rešili problem zajednički svima njima, bez obzira da li su iz jedne ili druge grupe;

Ova strategija otkrila je svoju efikasnost kada su deca 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 dve ili više grupa takmiče za ograničene resurse. Da bi se rešio 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 verovatno da će do sukoba doći tokom treninga ili utakmice, treneri bi trebali naučiti neke strategije za upravljanje sukobima.

- **Ostanite mirni** – naučite svoje sportiste da se ne ljute i da mirno upravljaju sukobom;
- **Ne zauzimajte stranu jednog sportiste**– Pokušajte da razumete obe 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 obe osobe u stranu i razgovarajte o sukobu sa njima, daleko od grupe**.

Sugestija:

Važno je da sportisti shvate da je dijalog pravi alat za rešavanje sukoba, a ne nasilja.

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

- Trebalo bi podsticati sportiste da konceptualizuju ljude kao pojedince, a ne kao puke članove grupe;
- Sportistima treba pružiti izazov da prošire svoju percepciju o grupi, kako bi uključili one izvan neposredne grupe;
- Sportista treba edukovati o raznim verskim perspektivama i praksama.

Sugestija:

Kada nastane sukob među decom, ako sukob uključuje ozbiljna pitanja, potrebno je obavestiti porodice o onome što se dogodilo. Pri tome se od trenera očekuje da obaveste roditelje i dogovore se o sinergijskoj obrazovnoj strategiji.

JEDINICA 4. POSLEDICE NASILJA I ISKLJUČENOSTI

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

Kratkotrajni učinci

Deca izložena nasilju ili isključenosti obično pate od sledećeg:

- Stres;
- Depresija;
- Bepomoćnost;

- Neosetljivost na nasilje koje se događa u budućnosti;
- Pokazivanje ravnodušnosti prema drugima;
- Nasilnost.

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

Dugoročni učinci

Dugoročno gledano, verovatnije je da će tokom svog razvoja pojedinci patiti od sledećeg:

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

Naučne perspektive

Istraživanje je pokazalo da ako odrasli pomažu deci 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 razumevanje.

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

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

Važno je usmeravati decu 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 rešavanja emocionalnih problema.

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

Program za prevenciju zlostavljanja

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

Provedene su neke posebne aktivnosti obuke:

- Prijava
- Miroljubivo biće
- Krug za rešavanje sukoba
- Dnevnici mirnog ponašanja

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

Cilj je dvostruk: sa jedne strane deca uče da daju imena svojim emocijama; s druge strane, počinju razumevati emocije drugih, razvijajući empatiju. Međutim, deci nije dozvoljeno da koriste „I-poruke“ za žalbu i krivljene drugih ljudi.

Miroljubivo biće.Deca su morala izgraditi siluetu u prirodnoj veličini. Kasnije su od njih tražili da daju primere 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 podsetnik za odgovarajuću interakciju s drugima.

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

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

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

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

JEDINICA5. PROMOCIJA POŠTOVANJA KROZ GRUPNU DINAMIKU

Pristup pozitivnom razvoju mladih (PYD)

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

PYD pristup sugerise da se sredstva (empatija, veština odnosa s vršnjacima, veština timskog rada), kompetencije i atributi moraju svesno i sistemski poučavati, vežbati, poboljšavati i primenjivati, a isto se odnosi i na motoričke sposobnosti.

Ovaj pristup uspostavlja “5 C-ova”:

- **Competence/Kompetencija**– socijalne, akademske, kognitivne veštine;
- **Confidence/Samouverenost**– samoeфикаsnost, globalno samopoštovanje;
- **Character/Karakter**– poštovanje društvenih i kulturnih normi;
- **Connection/Konekcija** – pozitivne razmene između vršnjaka, porodica, škola i zajednica;
- **Caring/Briga** – prihvatanje osećaja empatije i saosećanja;

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

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.

Primer "Fair-play/Fer igre za decu"

"Fair-play for kids/Fer igre za decu" je kanadski sportski program koji ima za cilj promociju poštovanja među decom kroz sledeća načela:

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

Primer aktivnosti koju je uveo program bio je "Trčeća cipela za rešavanje problema".

"Trčeća cipela za rešavanje problema" (Gibbons, Ebbeck, & Weiss, 1995)

Četiri područja, koja su "problem", "alternative", "posledice" i "rešenje", predstavljena su na velikoj cipeli nacrtanoj na papiru. Deca moraju biti podučena da koriste ovu trčeću cipelu za rešavanje problema kako bi im pomogla u rešavanju konfliktnih situacija. Kad neko izgubi samokontrolu ili se ponaša nepravedno, on ili ona može otići do „klupe za slušanje“ i ući u trčeću cipelu ili govoriti u magnetofon i delovati kao vršnjački savetnik za studente koji su uključeni u nefer igru koristeći trčeću cipelu kako bi pomogli da se razgovorom reši problem.

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

Primer: 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;
- Polnim razlikama.

Ova se kampanja može poslužiti kao primer 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 rešavanje sukoba u skladu sa njihovom prirodom.

ODELJAK O ZNANJU/SA ZADACIMA

STUDIJA SLUČAJA. Sukob

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

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

Situacija: Dete 1 i Dete 2 igraju fudbalsku / košarkašku utakmicu. Dok igraju, Dete 2 izbija loptu Detetu 1. Odmah nakon toga, Dete 1 iz određenih razloga počinje vređati i udarati Dete 2. Dete 2 ne razume zašto se Dete 1 ponaša na takav način i počinje da se žali na nasilno ponašanje. Trener prati utakmicu, ali datu scenu nije video. Scenario koji trener gleda čine dvoje dece koja plaču, viču i verbalno se svađaju.

Zadatak: Trener treba da reši sukob, a deca treba da razumeju šta nije u redu sa njihovim ponašanjem.

Pitanja za ispitivanje:

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

REFERENCE

- Adorno, T. W., Frenkel-Brunswick, 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: Saveti za rešavanje sukoba između igrača](#). Steellocker Sports.
- Hedstrom R. [Treniranje kroz sukob: učinkovite strategije komunikacije](#). Udruženje za primenjenu sportsku psihologiju/Association for Applied Sport Psychology.
- Meredith J. (2016). [Naučite svoje mlade sportiste kako da se bore](#). SAD fudbal/USA Football.
- Snider J. (2016). [Što učiniti kad se ne slažete sa saigračem](#). Letnji kampovi budućih zvezda/Future Stars Summer Camps.
- Richter, L. M., Mathews, S., Kagura, J., & Nonterah, E. (2018). Longitudinalna perspektiva nasilja u životima južnoafričke dece 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 rečniku o adolescenciji: teorijske, empirijske i primenjene osnove perspektive „Pozitivnog razvoja mladih“. U L. Balter i C.S. Tamis-LeMonda (ur.), Dečija psihologija: priručnik savremenih pitanja (str. 445–469). New York: Psychology Press
- Weiss, M. R. (2011). Naučite decu 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 igrača zbog penala, koji je trebalo rešiti.

Završna igra turnira igra se za kadete; drugo poluvreme je uzbudljivo. Sa izjednačenim rezultatom 1 : 1, nad veznim igračem u kaznenom prostoru je napravljen faul. U ovom trenutku igrač 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 poslednjim minutima igre, a to je najverovatnije razlog što oba igrača reaguju emotivno na celokupnu situaciju. Jedan od razloga je i zavist, jer bolji igrači imaju više minuta na terenu.

PREDLOŽENO REŠENJE/IZMENE

Trener je izabrao trećeg igrača da izvede penal jer čvrsto veruje da je njegov izbor najbolji izbor za tim koji ne narušava celokupnu 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 primer 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 vežbe su važniji od jedne jedine utakmice zbog kasnijeg razvoja dece u fizičkom i društvenom smislu. Preporuke za rešavanje ovog problema su komunikacija, stalni razgovori o pravilima ponašanja na terenu, o fer igri i razumevanu važnosti timskog duha i saradnje. Trener treba da organizuje razgovore i sastanke i da jasno govori kako bi svi učesnici razumeli. 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.

PREDLOG VEŽBE ZA REŠAVANJE PROBLEMA

Naziv vežbe: Kazneni prostor

Pravila igre. Oba igrača u sukobu su golmani, a ostali saigrači pucaju loptu sa ivice kaznenog prostora od 16 metara. Ako lopta pogodi stativu 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, golmandobija 1 poen. Pobeđuje strana sa najviše poena. Tim koji izgubi mora da čisti teren tokom nekoliko sledećih treninga.

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

Rešenje problema. Budući da dva sukobljena igrača stavljamo u jedan tim, mi ih usmeravamo 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 ceo tim, a ne samo za sebe.

II. STUDIJA SLUČAJA

UVOD

Izrada slučaja - Roditeljsko agresivno ponašanje u dečijim takmičenjima

Deca u ranoj adolescenciji suočavaju se sa velikom anksioznošću i stresom tokom takmičenja, pre i tokom takmičenja, kao i posle takmičenja. Često se ova psihosocijalna stanja pojačavaju neprimerenim ponašanjem roditelja koji direktno posmatraju svoju decu.

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 ćerki aplauzom i uzbuđenjem, i pokušavaju da spreče suparničke saigrače da igraju ponižavajućim povcima, zviždaljkama i lupanjem nogu. U protivničkom timu jedevojčica koja se ističe visinom i boljom kondicijom. Jedan od roditelja počne glasno vikati na svoju ćerku koja brani pred većomdevojčicom: "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 rešiti 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 dečijim takmičenjima.

EVALUACIJA SLUČAJA

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

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

PREDLOŽENO REŠENJE/IZMENE

Moralni uticaj na jednog od agresivnih roditelja verovatno neće dati pozitivne rezultate, pa je isti neophodan pre, tokom i nakon utakmice.

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

Pre 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.

Pre utakmice, sudija treba da obavesti roditelje o neprimerenom ponašanju tokom utakmice.

Trenutni uticaj tokom utakmice:

a) Sudija informator nakon prve uvredljive akcije mora upozoriti i osobu neprimerenog ponašanja i njegov (otac neprimerenog ponašanja) tim, trenera i rukovodstvo tima o daljim sankcijama.

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

Mere nakon utakmice. Incident treba razmotriti na nivou rukovodstva tima (deca ne bi trebala učestvovati tom prilikom), a takođe 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 decu 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 odbrambenoj igri. Treći važan razlog je post sovjetski koncept sporta, u kom je pobedu po svaku cenu promovisao i sam sistem, a posebno treneri.

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

Roditeljima su potrebna predavanja o prevenciji nasilja i isključenosti –diskusije na početku ciklusa obuke (u našem slučaju - jesen), drugim rečima učinkovit i moderan program obrazovanja roditelja.

Trenerima su takođe potrebna predavanja za sprečavanje nasilja i isključenosti pre početka ciklusa treninga (u našem slučaju leti). S druge strane, sportske institucije za treniranje koje deluju u sportskim i obrazovnim sistemima, kao i privatne, moraju imati dobro obučeni tim specijalističkih savetnika, koji znaju reagovati na ovu i slične situacije.

Potrebno je da sudije održe posebna predavanja o načinu suđenja u dečijim takmičenjima kako bi se smanjilo nasilje i isključenost u dečijem sportu.

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

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

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

III. STUDIJA SLUČAJA

UVOD

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

POZADINA

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

Tokom fudbalskog treninga, osmogodišnje dete migranata nije uspeo da doda loptu svom saigraču, koji je reagovao vređajući ga zbog njegove nacionalnosti. Žrtva je reagovala plačući i pokušavajući da gurne onoga koji ga je vređao. Stoga je situacija bila zaista stresna i za decu i za trenera koji ih je sve pokušavao smiriti.

EVALUACIJA SLUČAJA

U ovoj situaciji, akteri su bili uvređeni sportista, sportistaprestupnik, ceo tim kao publika i trener koji je morao da upravlja čitavim događajem. U ovoj konfiguraciji dva glavna nivoa deluju zajedno. Prvi je neposredna reakcija oba deteta, posebno ona prestupnika koji je reagovao verbalnom agresijom. Drugi je transformacija timske klime, koja je u početku bila takmičarska a posle agresivna.

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

Strategija koja je bila efikasna bila je ostati miran i preispitati značenje uvreda. Trener je tražio od prestupnika da jasno objasni značenje uvreda, kako bi razumeo/jela da se bol može naneti rečima.

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

PREDLOŽENO REŠENJE/IZMENE

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

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

Potom se od prestupnika traži da se izvini ako veruje 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 dete nije u potpunosti razumelo problem. U slučaju pozitivnog odgovora, trener treba s entuzijazmom podstaći grupni zagrljaj, jer je grupa uspešno prepoznata kao čvrsta i sposobna uključiti sve.

PREPORUKE

Ova strategija zahteva neke preporuke: pre svega, upravljanje ovim situacijama 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 unapred zna. Kada razgovarate sa grupom, sve članove treba jednako tretirati, pa se preporučuje da se ne preuveličavaju radnje koje počinje i prestupnik i žrtva. Prestupnik ne treba da se oseća 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 posledica dubljeg problema.

IV. STUDIJA SLUČAJA

UVOD

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

POZADINA

U ekipi mlađih kadeta jedna od devojčica je uvedena u tim kasnije u sezoni, prebacila se iz drugog kluba, a ostale devojčice poznavale su je kao prethodnu rivalku. Kada je počela da trenira sa njima, tim ju je isključio, nije provodio vreme 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 devojčica već neko vreme trenirala pre nego što je nova devojčica postala deo tima, razvili su grupnu dinamiku i prijateljstva i bili veoma zatvorena grupa. Nova devojčica imala je približno slične tehničke veštine i taktičko znanje. Ključni problem je bio što devojčica koja je igrala na njenoj poziciji do njenog dolaska nije imala konkurenciju unutar tima.

EVALUACIJA SLUČAJA

Ovo je tipičan primer socijalnog isključenja i relacijske agresije koji se češće događa među devojčicama. Ključno pitanje koje su izneli naši učesnici programa obuke bila je uloga trenera u ovoj situaciji i što on ili ona mogu učiniti kako bi rešili takvo ponašanje i njegove posledice.

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

PREDLOŽENO REŠENJE/IZMENE

Rešenje ovog problema mora ići u nekoliko smerova, prema specifičnoj edukaciji trenera, prema timu kao jedinici, prema njihovim komunikacionim i saradničkim sposobnostima, prema roditeljima, prema devojčici koja je inicirala isključenje i naravno, prema devojčici koja je doživela isključenost i prema njenim roditeljima.

Pre svega, trener se mora pripremiti za takve promene i unapred 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 komunikacione veštine, podučavanje razumevanju, saradnji, toleranciji i važnost razvijanja zdrave konkurencije među članovima tima u različitim sportskim aspektima mogu biti dobar preduslov za izbegavanje pojave socijalne isključenosti. Takođe, 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 vežbama koje uključuju ceo tim koji radi kao zajednica na rešavanju 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. Takođe, bilo bi uputno razgovarati direktno s devojčicom koja bi se mogla osećati najugroženijom zbog nove devojčice, kao i njenim roditeljima. Nova devojčica takođe bi trebala znati pravila tima i trebala bi osećati od samog početka da ima punu podršku trenera i roditelja kako bi tranzicija bila lakša.

Rešenje 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 vežbi tima koje su naši učesnici predložili kao način razvijanja tolerancije i saradnje i osećaja povezanosti među članovima tima. Jedna od njih se zove "Zajedno smo uspešniji". 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. Takođe im pruža dobru priliku za komunikaciju kako bi pronašli najprikladniji način balansiranja lopte.

PREPORUKE

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

V. STUDIJA SLUČAJA

UVOD

Opišite postojeći problem. Tokom košarkaškog treninga jedan član tima se namerno ignoriše. Ostali članovi tima nisu voljni da mu dodaju loptu i potpuno ga ignorišu. Dete 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 umesto toga rekao je svima u timu. To je izazvalo veliki sukob među svim članovima tima, ali konkretno, osećaj nepoverenja i razočaranja. Iz tog razloga su ga ignorisali i članovi tima su ga želeli kazniti jer se ne drži dogovora.

IDENTIFIKUJTE DVA ILI TRI MOGUĆA RAZLOGA

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

PREDLOŽENO REŠENJE I PREPORUKE

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

PREDLOG VEŽBE ZA REŠAVANJE PROBLEMA

Naziv vežbe: Vodi me do pobede.

Pravila igre: Članovi tima podeljeni su u parove. Jedan deo terena koristiće se kao poligon za obuku s preprekama (što je više prepreka to bolje). Jedan će učesnik imati povez na očima (i ne sme unapred videti poligon s preprekama), a drugi učesnik ga vodi. Pravilo je da osoba koja vodi kolegu s povezom na očima ne sme da ga dodiruje, već koristi reči kako bi ga sigurno vodila do cilja. Pobeđuje prva ekipa koja pređe završnu crtu. Prepreke se ne smeju premeštati ili dirati.

Varijacije: U slučaju manje dece, prepreke bi trebale biti izrađene od mekšeg materijala, kako bi se izbegle povrede.

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

VI. STUDIJA SLUČAJA

UVOD

Ova studija slučaja namenjena je predlogu konteksta predškolskog vaspitanja i obrazovanja u kojem će se kroz igru deca i roditelji edukovati u prevenciji nasilja u sportu i mogla bi se primeniti na različite situacije s nasiljem u sportu.

POZADINA

Osnovno obrazovanje idealna je faza za afektivni, socijalni i intelektualni razvoj dece; stoga je od velike važnosti u ovom dobu delovati na vrednostipoštovanja i deci početi podizati svesti o važnosti nasilja.

Ova studija slučaja osmišljena je tako da deca koja su deo određenog tima, u saradnji s roditeljima, budu u stanju prepoznati i sprečiti dela nasilja na sportskom terenu; Sastoji se od niza aktivnosti usmerenih na edukaciju o vrednostima. Zamišljena je za grupni razred s aktivnostima planiranim za decu.

EVALUACIJA SLUČAJA

Predlog se sastoji od ukupno četiri koraka u kojima i roditelji i deca preuzimaju ključnu ulogu za dobar prenos i internalizaciju vrednosti. Procenjuje se da će ukupno trajati deset dana. Aktivnosti sa učenicima biće isprepletene s programom trenera.

PREDLOŽENO REŠENJE/IZMENE

Za uspešnu realizaciju predloga biće potrebni sledeći koraci:

- Sala za sastanke, kako bi se predlog predstavio roditeljima.
- Igraonica, gde možete da sprovedete igre i vežbate 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. nedelja) Učenici poznaju vrednosti poštovanja, druženja i fer igre te istražuju različite sportove i njihova pravila.

Korak 3. VEŽBA. Pet sesija od po jedan sat. (2. sedmica) Učenici vežbaju pet grupa prenosa vrednosti koje su radili u fazi izgradnje.

Korak 4. FINALNA SESIJA. Sat i po. Studenti reprodukuju igre koje su vežbali tokom faze vežbi uz saradnju i učešće svojih roditelja.

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

FINALIZACIJA SLUČAJA

Na kraju faze saradnje, roditelji će sprovesti anketu kako bi procenili projekat. Pored toga, anketa može sadržavati vaše mišljenje i predloge. Učenici će izvoditi vežbe 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.