

Postup trénera v krízovej situácii

„Tréner je ten, kto pomáha rozvíjať okrem výkonu aj osobnosť dieťaťa“.

Základné kroky trénera čo robiť, keď pozoruje zmenu v správaní dieťaťa alebo sa mu dieťa samo zdôverí.

1. Budte vnímavý voči každej zmene v správaní dieťaťa. Akákoľvek zmena môže byť signálom, že potrebuje pomoc, podporu alebo sprevádzanie v tom, čo prežíva.

2. Je v poriadku, že aj Vy môžete prežívať neistotu v tom, ako byť pre dieťa užitočným a nápomocným, preto sa neváhajte poradiť s odborníkmi na bezplatnej a anonymnej nonstop Krízovej linke pomoci (0800 500 333).

3. Na dôverný rozhovor s dieťaťom si nájdite vhodný priestor, v ktorom sa bude cítiť bezpečne. Doprajte si súkromie, vyhradte si dostatok času, počas rozhovoru venujte pozornosť iba dieťaťu a nerobte pri tom nič iné. Dieťa potrebuje cítiť, že ste tam pre neho a potrebuje cítiť bezpečie.

4. Každá vzniknutá situácia prináša mnoho názorov, emócií a uhlov pohľadu. Snažte sa vždy hovoriť s každou zainteresovanou stranou osobitne, budte objektívny a vyhnite sa unáhleným záverom. Ak to situácia dovoľuje, vyhýbajte sa konfrontácii obete a aktérov násilia vrátane svedkov.

5. Oceňte, že sa Vám dieťa rozhodlo zdôveriť a vyjadrite mu Váš obdiv, pretože to chcelo z jeho strany veľkú odvalu. Ak dieťa za Vami prišlo samo, vypočujte si ho bez hodnotenia a vyjadrite mu svoju dôveru. Potrebuje cítiť, že mu veríte.

6. Vnímajte prejavy dieťaťa ako snahu vyrovnať sa s ťažkou situáciou. Verte, že robí všetko, čo je v jeho silách a možnostiach, aby to zvládlo, aj keď sa Vám to môže zdať ťažko pochopiteľné. Dieťa je v krehkom životnom období a nemá ešte dostatok skúseností s tým, ako sa s náročnou situáciou vysporiadať, potrebuje pomoc a sprievodcu, ktorým môžete byť práve Vy. Uistite dieťa, že to, čo sa deje, nie je jeho vina a nemá sa to diať (napr. v prípadoch týrania, šikanovania, domáceho násilia, rozvod rodičov).

7. Nesľubujte dieťaťu riešenie, ktoré nie je reálne, pretože by ho to mohlo ešte viac zraniť, ak by nefungovalo. Hľadajte riešenia spoločne a dajte

dieťaťu na výber, čo by bolo pre neho lepšie, a v čom by sa cítilo istejšie. Skúste spoločne nájsť dôvernú osobu z blízkeho okolia dieťaťa, o ktorú sa môže oprieť, u ktorej nájde podporu.

8. Nesľubujte dieťaťu, že to, s čím sa Vám zverí, ostane medzi Vami, ak ide o závažnú situáciu. Ak to sľúbite a dozvie sa, že ste o tom niekomu povedali, môžete stratiť jeho dôveru. Pokojne a v bezpečí mu vysvetlite, že to musíte povedať niekomu, kto môže pomôcť túto situáciu vyriešiť najlepším možným spôsobom a vždy ho o každom kroku informujte.

9. Informujte dieťa o nonstop linke pomoci pre mladých ľudí IPčko.sk a Krízovej linke pomoci (0800 500 333), kde sa môže o svojich ťažkostiach bezplatne a anonymne porozprávať, zdôveriť a poradiť sa so psychológom z IPčka. Podporte dieťa v tom, že vyhľadať pomoc je normálne a nie je to žiadna hanba, práve naopak, že je to cesta k tomu, ako sa dajú ťažké chvíle zvládnuť a vyriešiť.

10. V prípade, že vyhodnotíte, že je situácia vážna, nezostávajú v nej ani Vy osamote a skontaktujte sa s odborníkmi na Krízovej linke pomoci alebo rodičmi dieťaťa (samozrejme nie v prípade násilia v rodine).

Nezabúdajte v tom celom na seba. Téma, ktorú môže dieťa priniesť, môže byť skutočne veľmi náročná. Je preto pochopiteľné, že emócie budete prežívať aj Vy. Aj pre Vás je tu možnosť anonymnej a bezplatnej pomoci a podpory na Krízovej linke pomoci.

Viac informácií ku konkrétnym prípadom násilia, vrátane varovných signálov, prejavov v zmene správania u detí a návodov riešenia z pohľadu trénera nájdete na:

<https://futbalsfz.sk/mladez-a-rozvoj/>

Linka pomoci pre mladých ľudí www.ipcko.sk
KRÍZOVÁ LINKA POMOCI: **0800 500 333**
Email: futbal@ipcko.sk

