

Jäsenseurat mukana tekemässä laji-ilmapiiriä turvalliseksi

Suomen Cheerleadingliitto haastoi jäsenseuransa pohtimaan, miten kiusaamista voidaan ehkäistä ja miten toimitaan ongelmatilanteissa. Idea lähti Väestöliiton ”Et ole yksin” kampanjasta. Kampanja on edelleen toiminnassa ja työkaluina tukipuhelin ja chatti. Alla on koottuna jäsenseuroilta kerättyjä vastauksia.

LAIKULTTUURI ”jokaisella on väliä – kukaan ei ole yksin”

Cheerleading on joukkuelaji, jossa opitaan tiimpelaamaan yhteisen tavoitteen eteen. Jokaisella on väliä, kukaan ei ole yksin. Lajielementtejä pyritään tekemään yhtenäisesti, yhden aikaisesti sekä toisiin luottaen. Fyysisen ja henkisen turvallisuuden takia luottamus on erityisen tärkeässä roolissa.

Kilpailuissa ja treenisaleilla muita joukkueita ja vastustajia moikataan ja heidät kohdataan hyvässä hengessä. Laji koetaan kaikille sopivaksi ja jokainen otetaan vastaan lämpimästi. Kilpailuissa ja leireillä jokainen saa kehittyä ja esiintyä omalla tasollaan ilman muiden urheilijoiden tai valmentajien arvostelua. Rento ja kannustava ilmapiiri tekee harrastamisesta turvallista ja mukavaa. Inhimillisuus ja virheet ymmärretään osana kasvua ja ne on sallittuja.

YHTEENKUULUVUUS

Joukkueessa opetellaan kaikkien nimet ja kauden edetessä tutustutaan myös syvemmällä tasolla. Keinoina tutustumiseen ja ryhmäytymiseen ovat esimerkiksi erilaiset pelit, leikit, keskustelut, sekä vapaa-ajalla yhdessä vietetty aika.

Rakentamalla tietoisesti sosiaalista yhteenkuuluvuutta, pyrimme ennaltaehkäisemään kiusaamistapaukset ja luomaan jokaiselle joukkuelaiselle vahvaan tunteen siitä, että juuri hän on iso ja tärkeä osa joukkuetta. Hyvinvoiva urheilija ei kiusaa.

Joukkueen sisällä pari- ja ryhmäharjoitteissa ei ole aina samat urheilijat ja harrastajat. On tärkeää oppia toimimaan jokaisen kanssa ja on mukava saada työskennellä erilaisten ihmisten kanssa.

Yhteishenkeä luodaan seuran sisällä. Se onnistuu tutustuttamalla eri toimijoita toisiinsa. Valmentajat tekevät keskenään yhteistyötä ja ovat näkyvä tekijä muuallakin kuin vain oman joukkueen harjoituksissa. Seuran tapahtumat ja tempaukset ovat kaikille avoimia ja tuovat toimijoita yhteen. Hyvä talkoohenki kertoo oikeista motiiveista ja mahdollisuudesta tehdä töitä yhteisen tavoitteen eteen.

Cheerleadingin antaa lajina mahdollisuuden huikeaan yhteenkuuluvuuteen ja toisaalta haavoittuvaisuuteen. Joukkueessa tuetaan yksilön kehittymistä, sillä se tuo motivaatiota ja iloa yksilölle ja koko joukkueelle.



URHEILIJALÄHTÖINEN VALMENNUS

Jokainen urheilija huomataan treeneissä, ja heidän kehitystään ohjataan urheilijälähtöisesti. Valmennuksen ei kuulu pelotteleva tai alistava tyyli. Mihinkään ei pakoteta ja jokainen saa edetä omassa tahdissaan. Valmentajat ovat urheilijoiden tuki, ja heidät valmistetaan myös erimielisyys- ja kiusaamistilanteiden selvittämiseen. Valmentajalla on vastuu turvallisen, avoimen, luottamuksellisen ja innostavan ilmapiirin kehittämisestä.

KASVAMINEN URHEILUSEURASSA

Seura tarjoaa jäsenilleen turvallisen ympäristön kasvaa ja kehittyä urheilijana. Toiminta on kaikille avointa ja yhdenvertaisuus ja yhteisöllisyys ovat seuran tärkeimpiä arvoja. Koko seura kasvattaa ja urheilijalla on turvallinen olo siirtyessään seuran sisällä toiseen joukkueeseen. Urheilija kohtaa seurassa toimimisen aikana suuren joukon ihmisiä, joiden kanssa oppii toimimaan.

Karsintatilanteissa arvioidaan yksilön taitoja ja ominaisuuksia ja ajatellaan hänen kannaltaan parasta urheilijapolkua sekä joukkueen etua. Seura pyrkii toiminnallaan edistämään tasa-arvoa ja monikulttuurisuutta joukkueissaan.

SOSIAALINEN MEDIA

Seurat ja joukkueet kunnioittavat sosiaalisen median viestinnässään muita seuroja. Muut seurat koetaan ystäväseuroina, jotka huomioidaan positiivisesti esimerkiksi yhteisillä kampanjoilla somessa. Yhteinen tahto on luoda viestinnässä reilua ja positiivista kuvaa lajista ja sen toimijoista.

Joukkueiden omissa viestintäryhmissä on kannustava ja toiset huomioon ottava asenne. Valmentajat seuraavat ryhmäkeskustelun sävyä ja opastavat urheilijoita kunnioittamaan toisia myös teksteissä.

Anonyymiyden sallivilla forumeilla puhutaan avoimesti, mutta toisia kunnioittavasti. Kiusaamisen ja jopa rikoksen piirteet tunnistetaan ja tarvittaessa ollaan yhteydessä palvelun tarjoajaan asian selvittämiseksi.

HÄIRIÖTILANTEIDEN ENNALTAEHKÄISY

Opetetaan kulttuuri, jossa harrastajat voivat puhua avoimesti. Sovitaan selkeät pelisäännöt, joista pidetään kiinni ja joita kaikki haluavat noudattaa. Pidetään henkilökohtaisia- ja pienryhmäkeskusteluja joukkueessa. Valmentajia ja hallintoa on helppo lähestyä, kun ilmapiiri on avoin ja toimijat tunnetaan. Nuorimpien harrastajien vanhemmat tunnetaan tai heihin on helppo tapa olla yhteydessä. Tunnetaan ryhmän ikäluokan erityispiirteet ja urheilijat kohdataan yksilöinä. Jokaisessa harjoitustilanteessa on joku elementti, jonka tavoitteena on hyvän ilmapiirin luominen tai ylläpitäminen.

TYÖKALUT ONGELMATILANTEIDEN SELVITTÄMISEEN

Hallituksella, valmennusvastaavilla ja valmentajilla on tiedossa toimintamalli, jolla ongelmatilanteita puretaan. Ilmapiiri on ratkaisukeskeinen ja turvallinen. Asioihin puututaan pienellä kynnyksellä ja mukaan otetaan kaikki osapuolet. Tilanne sanoitetaan ja kaikkia kuullaan. Ongelmaan etsitään ratkaisuja ja sitä seurataan. Lopuksi tehdään loppuvarmistus ja jätetään keskusteluyhteys avoimeksi.