JAZARPENAREKIN EZ DA JOLASTEN

JAZARPENA PREBENITZEKO, HAUTEMATEKO ETA KIROLEAN ESKU HARTZEKO GIDA

RED
BULLYING Y DEPORTE

ZER DA JAZARPENA ETA ZIBERJAZARPENA?

Berdinen arteko jazarpena pertsona batek edo gehiagok (erasotzaileek) beste pertsona bati (biktima) kaltetzeko asmoarekin jokatzen duten portaeren multzoa bezala definitzen da, denboran zehar behin eta berriz burutzen dena eta horrek desoreka suposatzen du. Inplikatutakoen (erasotzaile-biktima) arteko boterea edo indarra.

Jazarpen mota desberdinak daude: jazarpen fisikoa (bultzatzea, jotzea, objektu pertsonalak kaltetzea, ezkutatzea, etab.), Hitzezko jazarpena (iraintzea, burla egitea, ezizenak jartzea, etab.) Eta jazarpen soziala edo harremanekoa (taldetik kanpo, egin ez utzi parte hartzen, ez ikusi egiten, etab.).

Azken urteotan, informazioaren eta komunikazioaren teknologien erabilera gero eta handiagoa dela eta, ziberjazarpena agertu da. Ziberjazarpenak ekintzak hauek biltzen ditu: bideoak grabatu, argazkiak atera eta biktimaren baimenik gabe Interneten argitaratzea, mehatxu mezuak idaztea eta zabaltzea, sare sozialen bidez iraintzea edo iseka egitea, etab.

Jazarpena eta ziberjazarpena eskolan edo institutuan aurki daitezke, baina kirol testuinguruan ere badaude.

ZEIN DIRA JAZARPEN EGOERAN DAUDEN EGINKIZUNAK?

Biktima: jazarpen egoera bizi du.

Erasotzailea: Ibiktimarekiko erasoa gauzatzen du.

Ikusleak: biktimaren eta erasotzailearen arteko jazarpen harremanak behatzen dituzte.

KUSLEEK HARTZEN DUTEN PAPERA OSO GARRANTZITSUA IZANGO DA JAZARPEN EGOERA MANTENTZEKO EDO BERTAN BEHERA UZTEKO

NON, NOIZ ETA NOLA GERTA DAITEKE JAZARPEN EGOERA BAT KIROLEAN?

Bullyinga helduaren presentzia gutxi dagoen espazioetan eta momentuetan gertatzen da. Jazarpen egoera gehiago gertatzen diren espazioetako bat aldagelan dago, nahiz eta beste espazio batzuetan ere gerta daitekeen, hala nola kirol zelaian bertan.

Erasotzaileak isiltasunaren legea nagusi den giroa sor dezake. Hori dela eta, askotan entrenatzaileek eta / edo familiek ez dakite egoeraren berri. Arazoa askoz larriagoa denean edo haurrak edo nerabeak kirola uztea erabakitzen dutenean jakingo dute.

NOLA PREBENITU KIROLEAN JAZARPENA?

INDARKERIAREKIKO TOLERANTZIA ZERO

Araudi zehatzak eta jokabide kodeak idatzi eta hedatu behar dira indarkeriarik gabeko ingurunea bermatzeko.

ARAZOAZ SENTSIBILIZATZEA

Jazarpena zer den eta biktimaren osasunean izan ditzakeen ondorioei (antsietatea, depresioa, etab.) Kontzientzia eta ezagutza estrategiak suspertu behar dira.

INGURUNE POSITIBOAK SORTZEA

Kooperatiboki lan egiteak, lotura komunikatiboak sortzeak eta erakundea osatzen duten pertsona guztien artean elkarri laguntzea kirolak praktikatzeko ingurune positiboa lortuko du.

KIROL ERRENDIMENDUA EZ DA DENA

Entrenatzaileek eta emakumezko entrenatzaileek, familiek eta kirol antolakuntzako arduradunek kirol errendimendutik haratago doazen alderdiak baloratu behar dituzte.

NOLA ANTZEMAN DEZAKEGU JAZARPENA KIROLEAN?

Familiek, entrenatzaileek eta kirol antolakuntzaren arduradunek jazarpenaren biktima den atleta haur edo nerabe atletak aurkez ditzakeen zantzu edo seinaleen berri izan behar dute.

SEINALE HORIETAKO BATZUK HAUEK DIRA:

- ✓ Lesioak, kolpeak, ubeldurak, zauriak, etab. azaldu ezina edo justifika ezina.
- ✓ Aldarte aldaketak bat-batean izan.
- ✓ Gauzak galtzea edo etxera itzultzea kaltetutako gauzekin.
- ✓ Aurkeztu alterazio psikosomatikoak (adibidez, goserik ez izatea, loaren nahasteak, etab.).
- ✓ Hipervigilantzia jarrera izan.
- ✓ Atletismo eta / edo eskola errendimendu txikiagoa.
- ✓ Joera zeure burua isolatu eta bakarrik egon nahi duzu.
- ✓ Entrenamenduetan edota lehiaketetan interesa galtzea.
- ✓ Erakutsi norberaren konfiantza txikia.

ZER EGIN KIROLEAN JAZARPEN KASU BAT SUSMATZEN BADUGU?

Kirol erakundetik komunikazio bideak sortu eta indartu behar dira balizko jazarpen egoera baten berri ematea errazteko. Adibidez: aldian-aldian kirolariekin banakako bilerak egitea, postontzi birtualak, aplikazio zehatzak eta abar erabiltzea.

Babeseko ordezkari bat sortzea ere beharrezkoa da entitateko haurren eta nerabeen ongizatea bermatzeko.

Aldi berean, ekintza protokoloa egon behar da prebentziorako, detektatzeko eta esku hartzeko ustezko jazarpenaren kasuan.

Protokolo hau kirol komunitate osoak (familiek, kirolariek, entrenatzaileek eta entrenatzaileek, kirol erakundearen arduradunek eta abarrek) ezagutu behar dute.

RED BULLYING Y DEPORTE

RED ByD:

INEFC Institut Nacional d'Educació Física de Catalunya Barcelona · Generalitat de Catalunya · UAB Universitat Autònoma de Barcelona · Universitat de Girona · UVIC Universitat de Vic Universitat Central de Catalunya · Universidad de Córdoba · Universidad de Sevilla · U Lisboa Universidade de Lisboa · Universidade Europeia · Barça Foundation · wats sport with values

REDek finantzatua (35 / UPB / 21):

Consejo Superior de Deportes

EGILEA: RED BYD ETA XÈNIA RÍOS
ARTE ZUZENDARITZA ETA DISEINUA: LÍDIA SARDÀ
ILUSTRAZIOAK: XAVI MULA