

## RRJEDHA E PUNËS 6 – Sjellja, udhëzimet dhe etika

### Veprimi 1: krijoni kodet e sjelljes për të gjitha grupet në klubin tuaj sportiv

#### Shembull i një kodi sjelljeje për SPORTISTËT

- 1) **Ne i trajtojmë të gjithë me respekt.** Ne respektojmë bashkë-sportistët tanë, kundërshtarët, trajnerët, gjyqtarët, anëtarët e jurisë, tifozët dhe vullnetarët e klubit. Këtë e tregojmë duke u folur me respekt, si brenda ashtu edhe jashtë fushës, dhe duke demonstruar gjithmonë lojë të ndershme.
- 2) **Ne sigurojmë një atmosferë të shkëlqyer grupi.** Ne sigurojmë që çdo person të ndihet i mirëpritur, i vlerësuar, i respektuar për atë që është dhe i lirë të jetë vetvetja. Ne qëndrojmë fort kundër çdo forme të dhunës ndërpersonale, ngacmimit, racizmit, seksizmit, homofobisë dhe transfobisë.
- 3) **Ne kërkojmë leje.** Pyesim nëse është në rregull të prekim dikë, veçanërisht nëse duam të ndihmojmë dikë me një lëvizje ose ushtrim. E njëjta gjë vlen për marrjen e fotove ose videove – gjithmonë sigurohemi që të gjithë të ndihen rehat dhe të bien dakord për këtë, si edhe për shpërndarjen, veçanërisht në rrjetet sociale. Ne respektojmë kufijtë personalë të njëri-tjetrit dhe flasim hapur për këtë me njëri-tjetrin.
- 4) **Ne jemi të ndershëm.** Nëse jemi të lënduar, nuk ndihemi mirë ose nuk jemi në gjendje për t'u stërvitur, flasim për këtë me trajnerin tonë në mënyrë që të mund të ushtrojmë gjithmonë sportin tonë në një mënyrë të shëndetshme. Të jesh i sigurt për mirëqenien tonë ndihmon në kujdesin ndaj vetes dhe mbështet ekipin në tërësi!
- 5) **Ne flasim hapur.** Nëse vërejmë që dikush po has vështirësi, po keqtrajtohet ose po i kërkohet të bëjë diçka kundër vullnetit të tij/saj, ne e raportojmë këtë tek Oficeri i Sigurisë, tek dikush nga bordi i klubit ose tek një i rritur të cilit i besojmë. Ne të gjithë kemi një rol në ruajtjen e një mjedisi të sigurt dhe respektues.

## Shembull i një kodi sjelljeje për TRAJNERËT

- 1) Ne i trajtojmë të gjithë me respekt.** Ne respektojmë sportistët tanë, kundërshtarët, trajnerët e tjerë, gjyqtarët, anëtarët e jurisë, tifozët dhe vullnetarët e klubit. Këtë e tregojmë duke u folur me respekt dhe duke treguar lojë të ndershme, si brenda ashtu edhe jashtë fushës.
- 2) Ne sigurojmë që sportistët tanë të përjetojnë kënaqësinë më të madhe të mundshme.** Ne bëjmë gjithçka që mundemi për të siguruar që sportistët të shijojnë përvojën e tyre sportive në maksimum, dhe që ata të mësojnë, të rriten dhe të zhvillohen – jo vetëm si sportistë. Ne e njohim sportin si një mjet të fuqishëm për të mësuar aftësi jetësore që sportistët mund t'i përdorin në fusha të ndryshme.
- 3) Ne vlerësojmë dialogun me sportistët tanë.** Ne inkurajojmë komunikimin e hapur dhe përfshirjen personale me dhe midis sportistëve. Ne gjithmonë përpiqemi të kuptojmë ndjenjat dhe këndvështrimet e sportistëve tanë dhe kërkojmë përputhje përmes dialogut të rregullt.
- 4) Ne kujdesemi dhe marrim përgjegjësi për sportistët tanë.** Ne i kushtojmë vëmendje sportistëve dhe problemeve të tyre, si në sport ashtu edhe përtej performancës së tyre sportive, dhe jemi të hapur për biseda mbi sfidat dhe mirëqenien e tyre. Ne e njohim që pas sportistit, qoftë fëmijë, i ri apo i rritur, qëndron një individ në zhvillim.
- 5) Ne kërkojmë këshilla nga ekspertët.** Ne respektojmë udhëzimet e ekspertëve mjekësorë, psikologjikë, ushqimorë dhe të tjerë që mbrojnë shëndetin dhe mirëqenien e sportistëve tanë dhe përshtatim stërvitjen në përputhje me to. Ne përfshijmë në mënyrë aktive ekspertët që mund të na këshillojnë në mënyrën më të mirë dhe angazhojmë sportistët në procesin e vendimmarrjes.
- 6) Ne udhëheqim me shembull.** Përpiqemi të qëndrojmë të qetë, edhe në rrethana të vështira dhe sfiduese. Ne tregojmë sjellje të përshtatshme si në mjedisin stërvitor ashtu edhe në atë garues. Ne përmbahemi nga çdo sjellje fyese, ofenduese dhe/ose lënduese dhe nuk u bërtasim sportistëve për të arritur qëllime të caktuara. Nëse bëjmë një gabim, kërkojmë falje. Ne gjithmonë përpiqemi të jemi një model pozitiv!
- 7) Ne njohim dhe vlerësojmë përpjekjen.** Ne i pranojmë përpjekjet e përditshme të sportistëve tanë dhe japim feedback konstruktiv e pozitiv, pavarësisht nga rezultati. Ne përpiqemi të shtyjmë kufijtë së bashku, në një mënyrë nxitëse, duke marrë gjithmonë parasysh qëllimet dhe ambiciet personale të sportistëve.
- 8) Ne respektojmë kufijtë fizikë dhe psikologjikë.** Një prekje në shpatull është e këndshme kur gjërat nuk po shkojnë mirë dhe mund të ofrojë inkurajim, por jemi të vetëdijshëm që jo të gjithë e mirëpresin kontaktin fizik. Kur është e nevojshme për të dhënë udhëzime të caktuara, ne kërkojmë leje. Jemi të vetëdijshëm për pozitën tonë autoritare dhe nuk e keqpërdorim kurrë atë.

- 9) **Ne jemi të afërt dhe të disponueshëm.** Ne jemi të hapur, duke krijuar një mjedis të sigurt ku sportistët dhe kolegët na besojnë dhe ndihen rehat të ndajnë dyshimet dhe shqetësimet e tyre. Ne e njohim rolin tonë si udhëheqës, si brenda ashtu edhe jashtë fushës, dhe e marrim këtë përgjegjësi seriozisht. Ne komunikojmë për këtë për të ndihmuar në uljen e barrierave për sportistët dhe kolegët tanë.

## Shembull i një kodi sjelljeje për ANËTARËT E BORDIT

- 1) **Ne i trajtojmë të gjithë me respekt.** Ne respektojmë sportistët tanë, kundërshtarët, trajnerët, gjyqtarët, anëtarët e jurisë, tifozët dhe vullnetarët e klubit. Këtë e tregojmë duke u folur me respekt dhe duke demonstruar lojë të ndershme, si brenda ashtu edhe jashtë fushës.
- 2) **Ne udhëheqim me shembull.** Ne e njohim që kemi funksionin e modelit dhe që veprimet tona ndikojnë tek ata që na rrethojnë, dhe përpiqemi të japim gjithmonë një shembull pozitiv.
- 3) **Ne veprojmë me integritet dhe drejtësi.** Ne nuk e keqpërdorim pozitën tonë autoritare dhe gjithmonë i vëmë interesat dhe mirëqenien e të gjithë anëtarëve të klubit tonë në vend të parë.
- 4) **Ne nxitim një mjedis të sigurt dhe gjithëpërfshirës.** Ne promovojmë në mënyrë aktive dhe kontribuojmë në krijimin e një mjedisi psikologjikisht dhe fizikisht të sigurt për të gjithë. Ne e mbështesim Oficerin e Sigurisë në rritjen e ndërgjegjësimit për rolin e tij/saj dhe komunikojmë hapur mbi rëndësinë e mbrojtjes. Kur shqetësime ose incidente na paraqiten, ne i marrim ato seriozisht, me respekt për personat e përfshirë.
- 5) **Ne e dimë vendin tonë.** Ndërsa ofrojmë mbështetje kur është e nevojshme, ne ia lëmë trajnerëve stërvitjen dhe gjithçka që lidhet me vendimmarrjen. Ne inkurajojmë të tjerët të marrin përgjegjësi, duke u mundësuar atyre të rriten në funksionet ose rolet e tyre. Ne jemi të vetëdijshëm për kontekstin më të gjerë shoqëror përreth çdo individit, por ruajmë kufij të qartë dhe shmangim ndërhyrjen në çështje private.
- 6) **Ne mbrojmë privatësinë e anëtarëve tanë.** Ne trajtojmë me kujdes informacionin personal, në përputhje me mbrojtjen e të dhënave, duke përfshirë menaxhimin e dokumentacionit, raportimin dhe ndërveprimet me palët e treta sipas standardeve dhe rregulloreve.