

Berenika Dąbrowska-Siuchno: Dzień dobry. Przy mikrofonie Berenika Dąbrowska-Siuchno. Zapraszam do wysłuchania nowego odcinka podcastu fundacyjnego. Tematem dzisiejszej rozmowy będzie sport dla wszystkich dzieci, a więc taki sport, który jest przede wszystkim dla nich bezpieczny. O standardach ochrony dzieci w podmiotach sportowych i o bezpiecznym sporcie dzieci porozmawiam z naszymi dzisiejszymi trzema gośćmi, które są dziś ze mną. Kasia Poniatowska – dzień dobry, Kasiu.

Katarzyna Poniatowska: Dzień dobry.

Berenika Dąbrowska-Siuchno: Od dwudziestu lat związana z organizacjami pozarządowymi, pedagogka resocjalizacyjna i socjoterapeutka, koordynatorka projektów edukacyjnych, instruktorka ZHP, będąca mentorką liderów grup młodzieżowych, koordynująca wdrażanie standardów ochrony dzieci w ramach programu Safe from Harm, a w Fundacji zajmuje się wdrażaniem standardów w podmiotach sportowych. Moja druga gościni – Ewa Serwotka. Dzień dobry, Ewo.

Ewa Serwotka: Dzień dobry.

Berenika Dąbrowska-Siuchno: Psycholożka sportu, kierowniczką merytoryczną studiów podyplomowych psychologia sportu dzieci i młodzieży na Uniwersytecie SWPS w Katowicach, wiceprezeska Fundacji Sportu Pozytywnego, współtwórczyni modelu i7W, zwiększającego efektywność trenerską, ale również psycholożka kadr młodzieżowych Polskiego Związku Tenisowego, dydaktyk na Uniwersytecie SWPS. Pracuje w Szkole Mistrzostwa Sportowego Nobilito i jest również rekomendowaną psycholog Polskiego Komitetu Olimpijskiego oraz członkinią Polskiego Towarzystwa Psychologicznego. Oraz nasza trzecia gościni – Joanna Ruchała. Dzień dobry, Joanno.

Joanna Ruchała: Dzień dobry.

Berenika Dąbrowska-Siuchno: Psycholożka o specjalności klinicznej. Ścieżkę zawodową rozpoczęła w Instytucie Psychologii Sportu Wojciecha Herra w Warszawie. Od blisko pięciu lat współpracuje z Fundacją Dajemy Dzieciom Siłę w Warszawie i Telefonem Zaufania. Konsultuje, prowadzi sesje wsparciowe z dziećmi, nastolatkami, rodzicami w Nowosądeckim Centrum Psychoterapii Psychodynamicznej. Należy również do Polskiego Stowarzyszenia Terapeutów Terapii Skoncentrowanej na Rozwiązaniach oraz jest licencjonowaną konsultantką Mental Toughness. W tak mocnym merytorycznie gronie przyjdzie mi poprowadzić naszą rozmowę. Na początek chciałabym zacząć od tego, czym sport jest dla dzieci, jak bardzo jest ważny i jak wiele

wnosi do ich świata i życia oraz jaką pełni rolę w rozwoju młodego człowieka. To pytanie kieruję do Ciebie, Ewo.

Ewa Serwotka: Tak, sport nie tylko jeśli chodzi o sport wysokiego wyczynu, ale również sport masowy ma ogromną rolę w rozwoju całościowym człowieka. Również dzieci i młodzież. Sport można powiedzieć, że ma dwie strony medalu. Taką pozytywną, zdrową stroną są mechanizmy, wartości, postawy, dobre praktyki, które powodują, że dzięki tym doświadczeniom w sporcie człowiek może wzrastać. Oraz każda osoba zaangażowana w ogóle w funkcjonowanie w sporcie. Bo jeśli mówimy z szerokiego punktu widzenia o sporcie, to nie tylko jest to w sporcie dzieci i młodzieży taka znana triada rodzic zawodnik czy zawodniczka i trener, trenerka. Ale również możemy do tego całego systemu podpiąć spojrzenie mediów, kulturę kibicowania, w którą również zaangażowane są dzieci, jest zaangażowana młodzież. Sport często jest przedstawiany jako taki, z którego można zaczerpnąć właśnie te lekcje życiowe. I faktycznie sport jest areną, gdzie człowiek może wzrastać, gdzie jest możliwość wyciągania takich lekcji życiowych, budowania charakteru, zaznajamiania się też z takim społecznym funkcjonowaniem, z socjalizacją. Więc to jest fantastyczna możliwość. Jest tytuł fantastycznej książki mojej koleżanki, kolegi po fachu: *Sport uczy życia* doktora Panfila i Matyldy Olek. Mimo wkładu, który tam jest, podkreślający tę wspaniałą rolę sportu, jako też obejmującego wiele osób równościowego, to mam dużą wątpliwość co do tytułu i co do takiego już bardzo wielokrotnie powtarzanego hasła, że sport uczy życia. Oczywiście tak, może, o czym przed chwilą mówiłam i jednocześnie za dużo mam takich doświadczeń, również tych gabinetowych oraz historii różnych znanych zawodników albo tych, którzy wypadli ze sportu w wieku juniorskim. Te historie świadczą o tym, że sport czasem łamie to życie, albo może może utrudniać rozwój taki życiowy. Więc jest to trochę nadużywane, że same doświadczenia w sporcie uczą życia. To my, dorośli, możemy pomagać dzieciom wykorzystywać te cenne doświadczenia i wzrastać dzięki nim jako ludzie i pomagać dzieciom wzrastać życiowo i budować swój charakter dzięki tym doświadczeniom. Lecz sam sport w sobie jako taki nie uczy życia w takim naszym potocznym, pozytywnym tego słowa znaczeniu.

On oczywiście uczy umiejętności mentalnych, ale w poszczególnych dyscyplinach jest to trochę mit, który zachęca do bycia w sporcie bez żadnego nadzoru, bez takiej uważności. Mimo wszystko chciałam tutaj podkreślić pozytywne wybrzmienie, że faktycznie jest to niezwykła arena i bardzo specyficzna. Wspaniała grunt do tego, żeby można było pomagać dzieciom przeciwdziałać różnym, również niesprzyjającym mechanizmom.

Berenika Dąbrowska-Siuchno: Te wartości sportu są na pewno nie do przecenienia i opowiedziałeś o tym, jak niebagatelną rolę może pełnić. Ale też wspomniałaś o tych trudniejszych elementach. I właśnie o te trudne doświadczenia, które też w sporcie się dzieją chciałabym zapytać Ciebie, Asiu, co aktualnie wiemy na temat takich doświadczeń dzieci, z czym się mierzą, czego doświadczają?

Joanna Ruchała: Myślę sobie, że w Polsce w ogóle przemoc wobec dzieci uprawiających wyczynowo sport to temat do tej pory mało dostrzegalny, że wiele właśnie zachowań przemocowych jest normalizowana. Wynika to, nie wiem, z wymówki tego, że jest to wyjątkowy obszar działań, jak wspomniała Ewa, w którym pewne zachowania są akceptowalne. Zdarza się, że jest to temat tabu, o

którym się nie mówi głośno z różnych przyczyn. Myślę sobie, że kiedy zaczynamy o tym mówić, zaczynamy się temu przyglądać, zastanawiać się nad tym i reagować. Choćby w ostatnich latach media rozpisywały się i komentowały jedną z najgłośniejszych spraw ujawnioną w amerykańskim środowisku gimnastycznym, gdzie lekarz kadry narodowej stosował przemoc wobec zawodniczek i zawodników przez 20 lat. Później, po nagłośnieniu tej sprawy w różnych krajach też zostały ujawnione sytuacje stosowanej przemocy wobec zawodników i zawodniczek, które równie mocno wstrząsnęły światem sportu. A przemoc przybiera różne formy, czasami jest normalizowana. Natomiast myślę sobie, że nie wolno unikać rozmów na jej temat i trzeba na nią reagować.

Przechodząc do badań, w 2021 roku został opublikowany europejski raport mówiący o tym, że 35% dzieci uprawiających sport doświadcza wykorzystywania seksualnego. 44% dzieci doświadcza przemocy fizycznej, natomiast 75% jest poniżanych przez trenerów. W Polsce aż do tego roku nie były prowadzone tego typu badania. Natomiast w styczniu Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę przeprowadziła pierwsze tego typu badania mające na celu oszacowanie skali występowania różnych form przemocy doświadczanych przez dzieci uprawiające sport w naszym kraju. Szerszy raport poznamy jesienią, natomiast już teraz wiemy o takiej statystyce, która mówi, że 90% osób badanych doświadczyło w dzieciństwie przynajmniej raz przemocy w środowisku sportowym. To są niektóre z badań, natomiast sporo krajów o tym mówi, reaguje i próbuje też zobaczyć, jak to wygląda w ich środowisku.

Berenika Dąbrowska-Siuchno: Dane, które przedstawiłaś, są niepokojące. Można powiedzieć, że skala tych trudnych doświadczeń jest nokautująca. Chciałabym zapytać Ciebie, Ewo o to, co Twoim zdaniem sprawia, że liczba dzieci doświadczających trudnych sytuacji w sporcie jest tak duża? Nie z tym nam się kojarzy sport i myślę, że jest nam w ogóle trudno przyjąć do wiadomości tak odmienne statystyki.

Ewa Serwotka: Tak jest. Niestety tak jak wspominałam o dobrym, żyznym gruncie dla rozwoju, dla wzrostu osobistego dzieci i młodzieży poprzez sport, to niestety równoległe to jest też taki żyzny grunt dla zachowań przemocowych i wyjaśnię, dlaczego jest takim specyficznym. Niestety wiele wartości, przekonań czy też powiedzeń dotyczących funkcjonowania w sporcie jest przeinaczanych poprzez to, że jest to ten kontekst sportu i reinterretowanych w sposób, który powoduje większe przyzwolenie na przemoc. Często ta przemoc jest w ogóle trywializowana pod przykrywką tego sportu. Że w sporcie można więcej. Tak jak w innych kontekstach rodzic mógłby nie pozwolić na krzyk dorosłego na dziecko, to pod przykrywką tego sportu, mam takie doświadczenia, że rodzice są w stanie więcej akceptować. Tak jak nie pozwolono by nauczycielce, albo rodzic nie pozwoliliby jakimkolwiek dorosłemu, nauczycielowi, nauczycielce (podałam przykład) poniżać słownie swoje dziecko, tak w sporcie jest to częściej akceptowane i tłumaczone wysokim poziomem emocji, wysokim poziomem pobudzenia, bądź sposobem na motywowanie dzieci i młodzieży. Tutaj taka pułapka, którą bym chciała zaznaczyć, że często same dzieci mówią o tym, że taki krzyk, obrażanie, motywowanie poprzez mocną krytykę bądź zakazy jest dla nich motywujące. Oczywiście można się doszukiwać pułapek takiego myślenia, wyjaśniania pewnych zachowań, głównie trenerskich, ale to nie znaczy, że ten temat nie dotyczy innych osób zaangażowanych w sport jako osób przemocowych. Skupię się jednak na trenerach, ale jednak proszę tutaj zwrócić uwagę, że jest to jakiś skrót myślowy i mówię tutaj również o fizjoterapeutach, fizjoterapeutkach. Mówię o

rodzicach również zaangażowanych mocno w sport dzieci i młodzieży. Mówię o zarządzie w klubach sportowych, o związkach, które są tworzone oczywiście przez ludzi. Ten system, który jest konserwatywny i ma taką hierarchiczną strukturę wymaga większej czujności tych dorosłych na to, żeby nie wykorzystywać tego i nie akceptować tych zachowań przemocowych. Innych osób i dorosłych i również innych zawodników czy zawodniczek względem kolegów i koleżanek z drużyny, z grupy treningowej.

Są takie hasła, przekonania np. „Let the coach coach”, czyli pozwól trenerowi robić trening, gdzie często sama również podkreślam przy współpracy z rodzicami w sporcie, żeby dbać o tę jasność ról, żeby pozwolić trenerom nie wchodzić w jego kompetencje czy jej kompetencje. Pozwolić im trenować dzieci, ale znowu może być to element przeinaczony, gdzie rodzice oddają tę odpowiedzialność, jakby rezygnują z tej ważnej roli swojej rodzicielskiej dbania o dziecko, pozwalając, żeby w tym środowisku sportowym dziecko zupełnie było pod pieczęcią i decyzyjnością trenera. Często są to zasady, o których nie zawsze rodzice są informowani wiedzą. Jaki jest wewnętrzny regulamin, jakie są wewnętrzne zasady, system kar i nagród w danej drużynie, w danej grupie treningowej.

To widzenie, kolejny aspekt, spojrzenie na trenera w tej hierarchii jako na takiego guru, bohatera, mentora, który co bardzo sprzyja rozwojowi, również temu sportowemu, może również sprzyjać takiemu bezapelacyjnemu zaufaniu w to, co osoby zaangażowane w sport, szczególnie trenerzy, trenerki mówią. Pewne standardy czy dobre praktyki, które są przyjmowane coraz częściej, również dzięki Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę, które są przyjmowane w szkołach, trudne są do zastosowania w sporcie. Może to być oczywiście element wymówki i warto myśleć tak rozwiązaniami, ale takie elementy jak zostanie czy unikanie zostawiania sam na sam nauczyciela, nauczycielki z uczniem z podopiecznym jest trudne bądź trudniejsze do zastosowania w sporcie w zależności od dyscypliny, ale często sama specyfika powoduje, że często to dziecko jest sam na sam z trenerem, jeździ często z trenerem na zawody sam na sam. Często jest to bycie z trenerką, z trenerem w jednym pokoju hotelowym i wyjazdy na zawody bez rodzica. Można powiedzieć, że tak ta specyfika poszczególnych dyscyplin i narzędzie dodatkowo. To również jest specyficzne mocno dla sportu, również dla niektórych obszarów sztuki, takich jak taniec, gdzie jest granica nieduża między sportem a sztuką. To ciało jest narzędziem w tym wykonaniu sportowym bądź artystycznym. Już sam sposób, w jaki o tym powiedziałam, pokazuje takie przedmiotowe traktowanie ciała. Często osoby dorosłe bądź koledzy, koleżanki z drużyny pomagają w ubieraniu sprzętu. Jest większe przyzwolenie na dotyk, nieraz jest bardziej akceptowalne dajmy na to klepięcie siatkarki w pośladki, która wbiega na boisko, mimo że w innych kontekstach byłoby to nie do pomyślenia. To sama kultura wewnętrzna danych dyscyplin daje przyzwolenie na pewne zachowania. W związku z tym, że również one są powtarzane i obserwowane w sporcie dorosłym. Tak jest przedstawiane to również w mediach. Może to być również pod przykrywką albo wytłumaczeniem budowania dobrych relacji w drużynie czy relacji między trenerami, sztabem a zawodnikami, gdzie jest dużo możliwości na budowanie bliższych kontaktów, które jasne, jeśli się czujemy komfortowo w danym środowisku, tworzy się taka nowa, druga rodzina, toteż łatwiej nam jest w nim funkcjonować. Chcemy w nim być, ale tak jak tutaj podkreślałam już parokrotnie, również to powoduje, że jest większy grunt do przemocowych zachowań. Wymaga to tej czujności i dużej świadomości swojej roli w sporcie i etyki zachowania. Dużo zachowań właśnie w związku z tą specyfiką jest powielanych od dawna. Coś, co nienormalne jest poza sportem,

normalne i akceptowalne jest w sporcie. Też ten aspekt, co się dzieje w szatni, to zostaje w szatni, co się dzieje na zgrupowaniu, co zostaje na zgrupowaniu, co się dzieje na treningu, to zostaje na treningu również jest takim standardem, nawet mówionym, jako jasna zasada podkreślanym. Co wzmacnia taką niezdrową solidarność grupową w nieprzekazywaniu informacji dalej. To jest też taka specyfika prawie w każdej dyscyplinie, w której jestem.

To, o czym się mówi w sporcie od dawna i podkreślane jest przez psychologów jako również ryzykowny mechanizm, ryzykowny trend, który się pojawia od lat, o wczesnej specjalizacji, która już można powiedzieć, dotyczy prawie wszystkich dyscyplin. Kiedyś mówiono o wczesnej specjalizacji w takich dyscyplinach jak gimnastyka sportowa, łyżwiarstwo figurowe, tenis. Natomiast obecnie już mówi się o tej wczesnej specjalizacji bardzo szybko, zapominając o tym, że wszechstronny rozwój w różnych dyscyplinach, w różnych obszarach działań jest ważny, jest budujący i uwaga! – wspierający późniejszy rozwój w danej określonej dyscyplinie. To jeszcze ta wczesna specjalizacja powoduje duże nakierowanie wszystkich osób zaangażowanych w sport tego dziecka na wynik, a może bardziej na ten performance, na wykonanie, na ciągłe doskonalenie, na coraz więcej jednostek treningowych. Często to nie jest wbrew woli dziecka. Dziecko również mówi o tym, że chce osiągać. A jeśli dorośli mówią, że to jest ten sposób do stawania się coraz lepszym, to również dziecko chętnie w to wchodzi. Wczesna specjalizacja i wynik za wszelką cenę często jest wymagany odgórnie. Czyli trenerzy są rozliczani przez zarząd poprzez wyniki. Rodzice płacąc za treningi i płacąc za wsparcie ich dzieci w sporcie rozliczają i wymagają nieraz od tych osób zaangażowanych w rozwój dziecka również nakręcenia tego wyniku. Chcą widzieć efekty pracy. Wydaje się to oczywiste – kupują usługę. Jednak jest to jednocześnie właśnie ten grunt do dużego ryzyka w podejmowaniu takich działań przemocowych.

Również hasła znane i same w sobie, można powiedzieć oczywiste dla sportu, również mogą nieść za sobą duże ryzyko. „No pain, no gain”, że bez tego bólu, bez trudnych doświadczeń w sporcie nie może być wyniku, nie może być progresu. Znowu to przeinaczanie, reinterpretowanie pewnych ważnych aspektów w sporcie jak rezyliencja, budowanie twardości psychicznej często poprzez te dobre pobudki jest tłumaczone również doświadczanie bardzo trudnych doświadczeń, też przez dzieci, również doświadczenia przemocowe, bo przecież to jest sport, musi się utwardzić to dziecko. Przecież będzie jeszcze gorzej, będzie jeszcze trudniej, to jeśli teraz sobie z tym nie radzi, to jak to będzie później. To chcecie państwo rodzice, żeby budować mocnego człowieka. No i czym skorupka za młodu nasiąknie, tym na starość trąci, również jest podkreślane. Była mowa o tym, że często w sporcie wiele rzeczy jest tłumaczonych, czy dorośli tłumaczą, tak jak w innych obszarach życia, nie tylko w sporcie, przemoc jest w taki sposób tłumaczona, że dzięki temu ja osiągnąłem sukces.

Berenika Dąbrowska-Siuchno: Poruszyłaś, Ewo, wiele tutaj bardzo ważnych wątków o takich mitach, które są jakoś bardzo mocno zakorzenione. Mówiłaś również o ujawnianiu takich doświadczeń krzywdzenia i również o tym aspekcie profesjonalizacji sportu dzieci. Teraz chciałabym przejść do takiego szerszego kontekstu, szerszej perspektywy sportu na wszystkich poziomach. Rozumiem, że takie trudne doświadczenia dziecka może pozbawić je radości z uprawiania sportu, może je zasmucić, może je zniechęcić. Ale myślę, że te konsekwencje takich

negatywnych przeżyć mogą być dużo, dużo poważniejsze. Jakie to są konsekwencje i do czego one mogą prowadzić, Asiu?

Joanna Ruchała: Rozmawiając o negatywnych doświadczeniach w sporcie i ich konsekwencjach, myślę sobie, że mogą być one bardzo różne. Same doświadczenia, a nie tylko konsekwencje, zależne od wielu czynników, jak również samej osoby, która tego doświadczyła. Czasem trudno jest o tym mówić. Natomiast bagatelizowanie czy niedostrzeganie problemu tak często porównuje w pracy, to jak pozostawienie dziecka nastolatka z taką niezaopatrzoną raną, czego konsekwencje mogą przybierać różne formy. W ogóle myśląc sobie o krzywdzeni w dzieciństwie myślę, że stanowi ono jedno z największych zagrożeń rozwoju zdrowia psychicznego i fizycznego oraz takiego poczucia bezpieczeństwa dziecka nastolatka, a w skrajnych przypadkach i podkreślę – w skrajnych przypadkach – może doprowadzić do prób samobójczych, do samobójstwa.

Możliwe konsekwencje przemocy w sporcie dzieci i młodzieży to też wypalenie sportowe już w takim wczesnym wieku wypadanie ze sportu, obniżona samoocena, separacja od środowiska, obniżone poczucie własnej wartości. Może to dziwić, ale trudność w nawiązywaniu takich zdrowych relacji. Depresja, zaburzenia lękowe, zaburzenia odżywiania, zaburzenia snu, samouszkodzenia czy urazy fizyczne, albo też dzieci korzystają, sięgają po substancje psychoaktywne. To na co warto zwrócić uwagę to pamiętajmy o tym, że każdy z nas pełni różne role społeczne. Dzieci też pełnią różne role społeczne i dlatego ważne jest indywidualne podejście do każdego zawodnika, bo ono jest takim niezbędnym elementem odpowiedzialności i dbałości o jego bezpieczeństwo, również w aspekcie uprawianej dyscypliny sportu i jego dalszego rozwoju. Też, tak jak Ewa wspomniała, różne wokół dziecka osoby, które są na tym wczesnym etapie jego rozwoju sportowego, ale też sport może być tą zabawą, to niekoniecznie musi pójść w profesjonalizm. Dlatego ważne jest takie indywidualne podejście, przyglądanie się i dbałość o to, żeby stwarzać bezpieczną przestrzeń dla dzieci i nastolatków.

Berenika Dąbrowska-Siuchno: Powiedziałaś, Asiu, o tym, jak poważne, jak czasami dalekosiężne mogą być skutki takich negatywnych doświadczeń. Chciałabym jeszcze Ciebie, Ewo, zapytać o to, w jaki sposób można starać się wyeliminować czy jakoś zminimalizować takie sytuacje. Na co zwrócić uwagę, ale też zapytać o jakieś czynniki chroniące.

Ewa Serwotka: Jestem przekonana, że sport jest lupą tego, co się dzieje poza nim w ogólnym społeczeństwie. Więc jeśli pewne mechanizmy, zdrowe działania, nazywanie rzeczy również w tym wypadku przemocy – przemocą – i podejmowanie działań, strategii, jestem przekonana, że również będzie to uzdrawiało ten obszar sportu. Warto podkreślić ogromną rolę trenerów trenerek w sporcie dzieci jako tych, którzy mają bezpośredni kontakt i często wpływają również na postawy, na takie niepisane również standardy funkcjonowania w danej grupie treningowej, w sztabie. Jakie zachowania wobec podopiecznych są akceptowane. Tutaj ogromna rola trenerów i też ukłon dla trenerów podejmujących ten rodzaj pracy, szczególnie w sporcie dzieci i młodzieży, gdzie faktycznie mają tę trudną rolę wyważenia i dbania o rozwój sportowy, przy jednoczesnym, coraz częściej się o tym mówi, przy jednoczesnym nawet wymaganiu społecznym wyciągania tych lekcji życiowych poprzez sport. Przy zadbanie o wysoką etykę zawodową swoją względem dzieci, ale też innych osób zaangażowanych w sport. Również rola trenerów

w uważności na zachowania przemocowe rodziców wobec dzieci. Trener również w bardzo pozytywnym tego słowa znaczeniu jest często buforem tych negatywnych, nieprzyjemnych emocji, ale też takim spowiednikiem nieraz dzieci tego, co się dzieje w domu. Faktycznie spotykam się i to jest bardzo pozytywne, mimo że mówi o negatywnych doświadczeniach z tym, że trenerzy zgłaszają swoje wątpliwości choćby do mnie w odniesieniu do tego, co się może dziać w domu, do mnie jako do psychologa sportowego. Takie podejście, które przyświeca też fundacji, którą mam przyjemność współzarządzać, czyli Fundacja Sportu Pozytywnego i w tym podejściu sportu właśnie pozytywnego mówi się o tym, żeby wyciągać z tego sportu to, co jest budujące, podkreślać to.

Jedną z esencji tego podejścia, tej psychologii w sporcie pozytywnym jest takie spojrzenie na zawodnika jako Athletes first winning second, czyli to ten zawodnik jest numer jeden, jego dobro, a dopiero później jest wynik, czyli wynik nie za wszelką cenę i nie kosztem zawodnika, zawodniczki, o czym coraz częściej się mówi i to jest podkreślane. To jest coś, co też obserwuję jako zdrowienie sportu. Natomiast to nie znaczy, że nie jest jeszcze dużo do zrobienia. Te jasne zasady, współangażowanie się również rodziców w funkcjonowanie klubów, funkcjonowanie dziecka w sporcie również jest ważne. Nasze budowanie dorosłych osób, modelowanie, budowanie wizji sportu u dzieci w sposób, w jaki kibicujemy również ma to wpływ na to, jak dziecko będzie postrzegało swoich rywali. Czy my mamy widzieć swojego kolegę, koleżankę z klubu (jako zawodniczkę teraz mówię z tej perspektywy), jako rywal czy jako osobę, z którą jestem w grupie, dzięki której mogę stawać się lepszy czy lepsza. Natomiast często modelowane jest zachowanie, że wzmacniające tę wewnętrzną rywalizację w klubie bądź my jesteśmy jako kibice danego klubu, jesteśmy przeciwko innym kibicom i możemy sobie pozwolić na przeklinanie, poniżanie przeciwników, co dzieje się na stadionach, co dzieje się w sporcie. Jest to akceptowalne, żeby dzieci wraz z rodzicami jako kibice skakali i przeklinali, wyzywali kibiców bądź graczy rywalizującej drużyny, przeciwnej drużyny. Co jest absurdalne, jeśli byśmy to samo zachowanie przełożyli w zupełnie innym kontekście. A te zachowania patrzcie kibicowskie to nie jest samo zaangażowanie dziecka w uprawianie sportu. Już buduje tę wizję funkcjonowania potem zawodnika, zawodniczki w sporcie, rywalizacji, też szacunku do przeciwnika, do rodziców przeciwnika, do sędziów, sędzin do w ogóle osób officials, osób będących w zarządzie, będących w sporcie, również w drużynie przeciwnej, w drużynie bądź u osoby przeciwnej u rywala. Więc modelowanie pozytywnych zachowań to między innymi takie rzeczy przychodzą mi do głowy, jeśli chodzi o zmienianie systemu przekonań w sporcie. Redefiniowanie tych celów sportu dzieci i młodzieży, gdzie wynik jest ważny i w sporcie dzieci, nawet małych, ten wynik jest ważny i to jest trochę również w drugą stronę. Wynik jest nieważny w sporcie dzieci. Oczywiście, że dla tych dzieci on jest bardzo istotny, ale nie wynik za wszelką cenę chyba. To powinno być taką esencją mojej wypowiedzi.

Berenika Dąbrowska-Siuchno: Powiedziałaś o niebagatelnej roli trenera i też o roli rodziców w kształtowaniu bezpiecznego środowiska w sporcie. Rozumiem, że taką odpowiedzią na to ryzyko jest tworzenie standardów ochrony dzieci w sporcie. Jesteśmy teraz na takim etapie zmian legislacyjnych, które czynią standardy ochrony dzieci obligatoryjnymi. Kasiu, jakie obowiązki nakłada na podmioty sportowe nowa ustawa o ochronie małoletnich?

Katarzyna Poniatowska: Standardy ochrony dzieci obowiązują podmioty sportowe, ponieważ one wprost są wymienione w ustawie. Podmioty sportowe to tak naprawdę wszystkie, które przychodzą nam do głowy: i małe kluby, i duże kluby, i związki sportowe, jednoosobowe działalności gospodarcze. Tych obowiązków jest kilka. Natomiast myślę, że chciałabym powiedzieć o takich dwóch najważniejszych aspektach, które mieszczą się w standardach. My mówimy o tym, że to jest kręgosłup i serce standardów. Kręgosłup, czyli procedury interwencji, czyli jeżeli widzimy, że w danym klubie, związku występuje przemoc, to żebyśmy mogli na nią zareagować, musimy wiedzieć po pierwsze na co, czyli powinniśmy wiedzieć, w jaki sposób identyfikować wszystkie rodzaje przemocy, ale również wiedzieć, co konkretnie mamy zrobić, kiedy ją zauważymy i czy ja mam to zrobić, czy mam tę sprawę przekierować dalej. Więc standardy zobowiązują wszystkie podmioty sportowe, żeby stworzyły takie procedury interwencji na wypadek krzywdzenia ze strony innego dziecka, kiedy mamy przemoc rówieśniczą, na wypadek zauważenia przemocy, która jest stosowana w domu rodzinnym dziecka, ale także na wypadek, kiedy ta przemoc występuje ze strony kadry tego klubu, związku. To jest taki kręgosłup standardów. Natomiast mówimy też o sercu standardów. Sercu, czyli wszystkich działaniach profilaktycznych, przede wszystkim tworzeniu zasad bezpiecznych relacji. Ustawodawca zobowiązuje nas do stworzenia takich zasad pomiędzy dziećmi, czyli takie zasady, które mają zapobiegać przemocy rówieśniczej w sporcie, np. takie zasady dotyczące tego, że mój kolega, koleżanka z drużyny nie jest moim rywalem i rywalką, tylko jest kimś, z kim mam wspólnie osiągnąć zadowalający nas wynik. A żeby to się stało np. przyjmujemy zasadę jeden za wszystkich, wszyscy za jednego, działamy fair play, nie podstawiamy sobie nóg, nie stosujemy trash-talkingu po to, żeby moja pozycja była mocniejsza. Skoro działamy zespołowo, mówimy tutaj o sportach grupowych, to razem powinniśmy na ten wynik pracować i razem powinniśmy się wspierać. A znamy takie praktyki, że przekazywane z pokolenia na pokolenie, z trenera na trenera, że ci najmłodszy w drużynie są od sprzątnięcia boiska, opiekowania się piłkami, usługiwania starszym kolegom i koleżankom z drużyny. Więc owszem, można dalej stosować te praktyki. Natomiast zastanówmy się jako osoby, które mają tworzyć tego ducha zespołu, czy rzeczywiście to jest coś, co wzmacnia naszą drużynę, czy wręcz przeciwnie: powoduje to, że ta drużyna wewnętrznie jest słabsza.

Oprócz zasad, które mają obowiązywać między dziećmi, mamy też zasady dotyczące dorosłych i dzieci, personelu i dzieci. Przez personel rozumiemy zarówno te władze, które mamy w związku, w klubie, ale przede wszystkim trenerów, którzy mają taki codzienny kontakt z dziećmi. Musimy sobie określić, jakie zachowania są pożądane, jakie są na pewno niedozwolone. I nad tym musimy się zastanowić i te zasady wprowadzić do naszego podmiotu sportowego. One mogą nawiązywać do takich specyficznych form, które są w sporcie, jak na przykład wyjazdy, o których też Ewa wcześniej wspominała, jak zachowania w szatni w łazience, zachowania takie, które są specyficzne właśnie dla sportu i niekoniecznie są związane z innymi dziedzinami, z innymi podmiotami, które też są zobowiązane do wprowadzenia standardów.

My ze strony Fundacji rekomendujemy również stworzenie takich zasad dla rodziców. Pomimo tego, że ustawodawca nie mówi o tym wprost w ustawie, ale mówi o tym, że standardy powinny być dostosowane do potrzeb danego podmiotu, to my zdiagnozowaliśmy taką potrzebę, że ci rodzice nie powinni zostać pominięci w całej tej triadzie, o której możemy teraz mówić, bo mają ogromne znaczenie i dla funkcjonowania klubu, ale także mamy różne zażyłości pomiędzy trenerami a rodzicami. Czasami trenowali razem w drużynie, czasami rodzic jest sponsorem danego klubu i to nie pozostaje bez wpływu na funkcjonowanie dzieci w sporcie. Więc z naszej perspektywy ten rodzic jest bardzo ważną osobą, którą również należy się zająć w standardach.

Standardy zobowiązują nas również do weryfikowania osób, które pracują bezpośrednio z dziećmi, weryfikowania ich w dwóch rejestrach: w kodeksie karnym oraz w rejestrze przestępców na tle seksualnym. Musimy o tym pamiętać, że akurat ten drugi rejestr i sprawdzenie, weryfikacja w nim ona obowiązuje już od kilku lat. Natomiast rejestr karny jest pewną nowością i mamy szereg różnych zasad, zobowiązań, które nakłada na nas ustawa. Natomiast te uważam, że są warte podkreślenia w tym krótkim czasie, jaki dzisiaj mamy, ponieważ są specyficzne dla sportu i to jeszcze raz chcę podkreślić: czyli standardy nie są zbiorem uniwersalnych zasad i uniwersalnych procedur. Dlatego ustawodawca nie wypuścił jednego konkretnego wzoru, tylko napisał wprost, że one mają być dostosowane do specyfiki podmiotu. To znaczy jeżeli trenerze, trenerko, mówisz, że nie jest realnym, to żeby nie dotykać dzieci w sporcie, to przyjmujemy to za fakt. Natomiast zastanówmy się wtedy, w jaki sposób maksymalnie możemy to dziecko zabezpieczyć, żeby ono wiedziało, że ten kontakt jest okej i żeby wiedziało, jaki kontakt nie jest już okej i na jaki może zareagować. To znaczy w sporcie możesz dziecko dotknąć, ale np. wtedy, kiedy poprawiasz jego pozycję. Kiedy widzisz, że źle wykonuje dane ćwiczenie, możesz podejść i powiedzieć dziecku, co będziesz robił. Czyli siedzisz na koniu, pierwszy raz mamy dziecko na treningu, pierwszy raz będziemy poprawiać jego pozycję. Mówimy: słuchaj, chcę poprawić twoją pozycję, źle siedzisz na tym koniu, powinieneś siedzieć w inny sposób. W związku z tym ja teraz dotknę twoich bioder i przesunę cię dalej. To już powoduje to, że dziecko wie, że ten kontakt jest w porządku i nie musi się go obawiać, ale wie, że jeżeli trener posunie się dalej, to może to wzbudzić jego niepokój i powinno zareagować. Albo inny trener, który jest obok również wie, że wtedy powinien zareagować.

Chciałam podkreślić tylko to, drogie podmioty sportowe, drogie kluby, nie jesteście same w tym wszystkim. Jako Fundacja przygotowaliśmy też szereg takich materiałów, z których możecie korzystać na stronie standardy.fdds.pl w zakładce kluby sportowe znajdziecie chociażby wzór takiej polityki, która zwraca uwagę właśnie na te specyficzne dla sportu aspekty, rekomendacje dla organizatorów rozgrywek, ponieważ widzimy, jak ważne jest to, żeby określić sobie zasady na tych rozgrywkach, bo sposób kibicowania również jest istotny i powinien być pozbawiony przemocy. Ankieta autoewaluacyjna, którą jak wypełnicie, będziecie wiedzieć, czego jeszcze brakuje w waszym podmiocie, żeby dzieci mogły być bezpieczne. Kontekst sportu, kontekst przemocy w sporcie mamy propozycję plakatu właśnie takich zasad, bezpiecznych relacji, o których wspominałam wcześniej i będziemy uzupełniać to wszystko o kolejne materiały, więc ta baza będzie się wzbogacać.

Korzystając jeszcze z tego, że mam możliwość przekazania czegoś, bardzo chciałabym podkreślić to, że to nie są nasze wyobrażenia. Te materiały nie powstają na podstawie naszych wyobrażeń. One powstają

i na podstawie badań, ale również na podstawie kontaktu z praktykami. Prowadziliśmy szereg warsztatów, zarówno tych skierowanych do trenerów, do prezesów związku klubu, do rodziców oraz do samych dzieci. Dlaczego tak trudno jest zmienić sytuację dzieci w sporcie? Wydaje mi się, patrząc na to, jak miałyśmy możliwość poznawania dorosłych, którzy uczestniczą w życiu dzieci, przede wszystkim trenerów i trenerek, myślę, że jest to pewien wyuczony model. Model tego, że ja sam doświadczałem przemocy, osiągałem wyniki i trochę nie wiem, jak inaczej mam to zrobić. Taki opór przed tym poszukiwaniem innych rozwiązań, tzn. skoro ktoś mi mówi, że na dziecko nie można krzyczeć, to znaczy, że się nie zna na tym co mówi i jest to nierealne. Owszem, jest to nierealne, żeby na dziecko nie krzyknąć w sporcie, ale jest to realne, żeby ten krzyk był pozbawiony przemocy, to znaczy, żeby nie był obraźliwy, nie był wulgarny, tylko był np. krzykiem zagrzewającym do walki pozbawionym obelg, pozbawionym obrażania dziecka. Nad tym musimy się głębiej pochylić. Nie możemy przyjmować zero-jedynkowo tego, co przyjęła szkoła czy jakiś inny podmiot. Zastanówmy się, pochylmy się nad tym, co zrobić, żeby te dzieci były bezpieczne. A czy czują się bezpiecznie? Na sam koniec mojej wypowiedzi przekażę głos tym dzieciom. Zapytałyśmy dzieci podczas jednych z warsztatów, czy jest coś, co chciałyby przekazać dorosłym, z którymi będziemy mieć później warsztaty i którzy to dorośli będą wypracowywać takie zasady bezpiecznych relacji pomiędzy dziećmi a trenerami, ale również rodzicami. Ponieważ ten apel mógł być skierowany do jednej i do drugiej grupy. Dzieci bardzo podkreślały to, żeby koniecznie trenerzy usłyszeli to, co mają im do powiedzenia, a co mają im do powiedzenia? Zauważ nas, my też się staramy. Nie liczą się punkty, tylko praca. Przestań faworyzować innych, przestań faworyzować inne. I głosem dziecka skończę swoją wypowiedź.

Berenika Dąbrowska-Siuchno: Bardzo dziękuję. Bardzo dziękuję za ten głos dzieci. Myślę, że tutaj dopiero teraz mamy pełnię tej perspektywy. Myślę o tym, że łatwo jest w tych całych rozmowach o tym, jak powinno być, co jest dobre, gdzieś utracić tę perspektywę. Więc dziękuję, że o niej powiedziałaś i że ona wybrzmiała na koniec naszej rozmowy. Mam takie poczucie, że temat może nie jest jeszcze w pełni wyczerpany, ale to dobrze. Będziemy do niego wracać właśnie m.in. w audycji, w której opowiemy o wynikach badań na temat skali przemocy w sporcie, którego namiastka już została przytoczona. Dziękuję Wam serdecznie za rozmowę. O tym, jak przekuć standardy ochrony dzieci w taki proces wzmacniania całej organizacji, ale przede wszystkim o tym, jak sprawić, żeby to było miejsce bezpieczne dla dzieci i dawało dobre wzorce w sporcie, ale też wzmacniało i dawało siłę rozmawiałam z Państwem i moimi gośćmi: Joanną Ruchałą, Ewą Serwotką i Katarzyną Poniatowską. Bardzo Wam dziękuję.

Joanna Ruchała: Dziękuję.

Katarzyna Poniatowska: Bardzo dziękujemy.

Ewa Serwotka: Bardzo dziękuję. Jeszcze chciałam na koniec ze swojej strony, jako też przedstawicielka tego obszaru jakim jest sport, bardzo podziękować Wam za działania, za to, że sport tutaj znalazł i w tych podcastach, ale w ogóle w oddziaływaniach Fundacji takie wyjątkowe miejsce, że faktycznie jest rozumiana ta specyfika sportu. Jako mama dwójki dzieci dziękuję za te praktyczne rozwiązania, którym

przyświeca i które produkuje Fundacja. Pokładam dużą ufność, nadzieję, a może nawet przekonanie, że to, co robicie, jest dużą zmianą społeczną w Polsce, również w sporcie. Więc dziękuję też tutaj Wam Kasiu, Asiu i Bereniko.

Berenika Dąbrowska-Siuchno: Dziękuję, Ewo. Bardzo się cieszę, że ten aspekt i ten temat Fundacja poruszyła i się nim zajęła. Myślę, że to jest też bardzo ważne. Więc dziękuję jeszcze raz za rozmowę. Rozmowę poprowadziła Berenika Dąbrowska-Siuchno.

Dziękuję państwu za wysłuchanie podcastu Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę. Na kolejne zapraszam już niebawem. Do usłyszenia.

W Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę od ponad 30 lat chronimy dzieci przed przemocą i wykorzystywaniem seksualnym. Pomagamy bezpośrednio prowadząc Centra Pomocy Dzieciom i Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży 116 111, a także wspieramy rodziców i edukujemy profesjonalistów. Poznaj nasze działania na rzecz dzieciństwa bez przemocy. Jesteśmy na Facebooku, Instagramie, LinkedInie, YouTube, Spotify oraz na www.fdds.pl.