

Osaamisen kehittäminen ja verkoston rakentaminen

Valmentajat; missä vahvoilla/mihin hyvä tarttua?

Missä menee rahat, mihin ei kannata lähteä?

| | |
|---|---|
| <p>Urheilijan iholla, tuntee urheilijan; tietoisuus sen hetkisestä tilanteesta (nonverb.viestintä, hiljaiset merkit, muutokset huomaa)-> avata keskustelu, mikä mättää? Voi puhua myös muusta kuin urheilusta Voi puuttua välittömästi, koska lähellä Voi pitää urheilijan lajin sisällä Voi kannustaa nk rempparyhmiin Apuvalmentajana voi pyytää ko urheilijaa toimia Urheilijan tukeminen nk rinnallakulkijana Toipumissuunnitelma lajiin palaamisessa Urasuunnitelman teossa tukena Auttaa aktiivisesti avun etsimisessä Pystyy mahdollisesti ensiavun antamiseen <i>Mikä on valmentajan vastuu?</i> Valmentajan hyvä tunnistaa, missä tukea tarvitaan (välittömän psyykkisen ensiavun antaminen (muutamana vrk aikana); jos kiinnostusta)</p> | <p>Diagnosoitu tilanne/tapaus (psyykk.), ei kannata lähteä (oma intuitio) Tuntemus, että itse ei ole valmis käsittelemään, ei voimavaroja/taitoja jatkamaan keskustelua urheilijan kanssa (siinä raja) Ääritraumatapaukset (kunnon tapaturma, palautumaton tilanne) Oma ensiapu ei riitä Omat resurssit eivät riitä viemään loppuun asti Ei valmiuksia käsitellä asioita; oma asiantuntemus rajana Urheilemisen ulkopuoliset asiat: avun hakeminen siihen</p> |
|---|---|

Psyykinen valmentajat

| | |
|---|---|
| <p>Psyykinen kunto; tavallinen arkiharjoittelu=>psyykkisten taitojen kehittäminen (sanottaminen, tunnistaminen -> niiden puhuminen ja läpikäyminen) Psyykk.valmennus osa urheilijan arkea Psyykk.valmennuksen kulttuuri (ajattelu, kulttuurin luominen) Ennalta ehkäisevä ja vahvistava rooli</p> | <p>Psyykk.valmentajan yhteisymmärrys päävalmentajan kanssa (ei sooloilua, tehdään, mitä sovittu) Eettisten suositusten noudattaminen Vaikeat pelkotilat, traumat ja häiriöt (kuten syömishäiriöt) ei kuulu psyykk.valmentajan rooliin</p> |
|---|---|

Urheilupsykologi

| | |
|---|---|
| <p>Urheilun tarpeita varten (yksilö ja urheilukonteksti) Korjaava työ ja vahvistava työ Vuorovaikutustaidot (kuuntelu): myös kysymykset ja niiden peilaus takaisin Työnohjaus valmentajalle Kuormituksen jäsentäminen (koko elämänkentässä, herkkyydet, hauraudet) Yhtenäinen tiedeperusta ja eettiset periaatteet Hyvä ihmistuntemus, kokonaisvaltainen näkemys, validit tutk.menetelmät (osataan arvioida kriittisesti tietolähdettä) Rohkeutta tuoda esille</p> | <p>Ei valmentajan/valmennuksen puolelle (roolissa pysyminen) Ei valmentajan agendan mukaan (ammattieettinen näkökulma) Psykologian kentällä rajaaminen (urheilun kautta liikenteeseen) -> esim. psykoterapeuttinen hoito ei kuulu rooliin Menetelmien käyttö, jos ei koulutusta Oman roolin selkeyttäminen (kaksoisrooli, ei vastuuta kaikesta, rajat) Oman ammattitaidon reflektointi (onko taitoa, aikaa ja resursseja hoitaa asia)</p> |
|---|---|

Urheiluun, kriisi ja traumapurkuun perehtynyt asiantuntija

| | |
|--|--|
| Kriisi- ja trauma asiantuntijuudessa (tapahtuman | Mistä positioista, roolista toimii (rooliristiriita) |
|--|--|

| | |
|--|--|
| <p>välittömässä läheisyydessä, verbaalista käsittelyä) Toimintamallit (valmentaja/vanhemmat tunnistaa - >milloin asiantuntijaan yhteys) Trauman purussa asiantuntemus Vertaistuen tarpeen tunnistamisessa ja organisoinnissa Pitempiaikainen hoito (terapiahoito)</p> | <p>Ammattieettiset rajaukset (esim. urheilupsykologi - terapeutti)</p> |
|--|--|