

Väärkohtlemise psühholoogiline mõju ja tagajärjed noorsportlasele

Snezana Stoljarova, MSc



TALLINNA ÜLIKOOL

Loodus- ja
terviseaduste instituut



Väärkohtlemise defineerimine

Füüsiline, emotsionaalne ja seksuaalne väärkohtlemine ja hooletussejätmine

- Tahtlikkus
- Kahju tekitamine või kahju tekitamise potentsiaal
- Tihti tegu on korduva protsessiga, mitte ühekordse juhtumiga

Väärkohtlemine spordis

Sportlased kogevad kõige sagedasemini just emotsionaalset väärkohtlemist

- Suurem tõenäosus võistlusspordi kõrgemal tasemel





Väärkohtlemise mõju ja tagajärjed

Potentsiaalne mõju nii füüsilisele, kui ka psühholoogilisele heaolule:

Väärtusetuse tunne ja probleemid suhete loomises

Madal enesehinnang/enesekindlus

Depressioon, ärevushäired, söömishäired...

Käitumuslikud raskused ja enesevigastamine

Emotsionaalsed ja kognitiivsed raskused

Väärkohtlemise mõju ja tagajärjed

Emotsionaalse väärkohtlemise tagajärjed tennis/võistlustel:

- *Suurem motivatsioon ja pingutuse tase* (et vältida karistust; et teenida treeneri austust;)
- Vähenenud motivatsioon ja trenni nautimine
- Keskendumise ja oskuste arendamise probleemid
- Soorituse langus
- *Soorituse paranemine*

Sportlaster lood



Täna tähelepanu eest!