

A FAIRER COACHING



**KÄSIKIRJA JA TAUSTOITUS OLEMASSA
OLEVISTA KOULUTUKSISTA
VALMENTAJILLE
REILUMMAN VALMENNUKSEN
EDISTÄMISEEN EUROOPASSA**



Deliverable D2



Co-funded by
the European Union



Euroopan unionin rahoittama. Esitetyt näkemykset ja mielipiteet ovat kuitenkin vain kirjoittajan (kirjoittajien) omia eivätkä välttämättä vastaa Euroopan unionin tai Euroopan koulutuksen ja kulttuurin toimeenpanoviraston (EACEA) näkemyksiä ja mielipiteitä. Euroopan unionia tai EACEAa ei voida pitää niistä vastuussa.

Käsikirja ja taustoitus olemassa olevista koulutuksista valmentajille **Reilumman Valmennuksen** edistämiseen Euroopassa



Euroopan unionin rahoittama. Esitetyt näkemykset ja mielipiteet ovat kuitenkin vain kirjoittajan (kirjoittajien) omia eivätkä välttämättä vastaa Euroopan unionin tai Euroopan koulutuksen ja kulttuurin toimeenpanoviraston (EACEA) näkemyksiä ja mielipiteitä. Euroopan unionia tai EACEAa ei voida pitää niistä vastuussa.

1. TEOREETTINEN LÄHTÖKOHTA

Teoreettinen perusta reilun valmennuksen käsitteen taustalla perustuu ymmärrykseen siitä, että valmentajan rooli ulottuu pelkkää urheilullisen suorituskyvyn ohjaamista pidemmälle. Se kattaa myös osallistavan ja oikeudenmukaisen ympäristön luomisen kaikille urheilijoille, tavoitteena auttaa heitä kukoistamaan ensisijaisesti ihmisinä. (Cusano P., Ascione A., 2018). Keskeinen osa reilua valmennusta on erilaisten näkökulmien huomioiminen, mikä rikastuttaa päätöksentekoa ja edistää kunnioitukseen ja yhteistyöhön perustuvaa ilmapiiriä. Lisäksi valmentajan itsetuntemus auttaa tunnistamaan omia ennakkoluuloja, mikä varmistaa, että kaikki pelaajat tuntevat itsensä arvostetuiksi ja osallisiksi.

Säännölliset henkilökohtaiset tapaamiset valmentajien ja pelaajien välillä ovat ratkaisevan tärkeitä mahdollisten ihmissuhdeongelmien käsittelemiseksi. Ne tarjoavat avoimen viestinnän alustan, jossa valmentajat voivat paremmin ymmärtää yksilöllisiä tarpeita ja motivaatiota, ja pelaajat voivat puolestaan jakaa ajatuksiaan ja tunteitaan kokemuksistaan. Koko urheilujärjestöillä on myös merkittävä rooli näiden valmentaja-urheilijasuhteen osa-alueiden tuntemisessa, ja siksi on tärkeää kehittää ensisijaisesti valmentajille suunnattua pedagogiikkaa näiden teemojen ympärille.

Asiaankuuluva kirjallisuus tukee tätä käsitettä, jota pidetään erityisesti nykyajassa kiireellisenä kasvatuksellisena tarpeena. Euroopan neuvosto (Rhodes, 1992) viittaa tähän seuraavasti: "Kaikki liikuntamuodot, jotka järjestäytyneen tai järjestäytymättömän osallistumisen kautta tähtäävät fyysisen tai psyykkisen kunnon parantamiseen, sosiaalisten suhteiden kehittämiseen tai tulosten saavuttamiseen kilpailuissa kaikilla tasoilla" ("Qualsiasi forma di attività fisica che, mediante una partecipazione organizzata o meno, abbia come obiettivo il miglioramento delle condizioni fisiche o psichiche, lo sviluppo delle relazioni sociali o il conseguimento di risultati nel corso di competizioni a tutti i livelli"). (Farné R., 2022).

Reilun valmennuksen käsite pohjautuu syvälle reilun pelin filosofiaan, joka korostaa osallistumisen, kunnioituksen ja eettisen toiminnan merkitystä urheilussa. Tämä näkökulma näkee urheilun paitsi kilpailuna, myös moraalisena pyrkimyksenä, joka kasvattaa luonnetta ja yhteisöllisyyttä. ("Libro Bianco sullo Sport", 2007). Adamsin oikeudenmukaisuusteorian integroiminen motivaatioon tuo esiin sen, että urheilijat tunteakseen itsensä motivoituiksi, heidän on koettava, että heidän ponnistelunsa ja panoksensa saavat ansaitsemansa palkkiot ja tunnustuksen. Tämä ajatus korostaa oikeudenmukaisen kohtelun ja jokaisen yksilön roolin tunnustamisen merkitystä joukkueen dynamiikassa.

Farné R. toteaa: "Koska urheiluympäristö kasvattaa lasta yhdessä koulun ja perheen kanssa, sitä pidetään maassamme 'kolmantena kasvatuksellisena instituutiona'." ("Essendo un ambiente che educa il ragazzo, assieme alla scuola e alla famiglia, viene considerato la 'terza agenzia educativa del nostro Paese'"). (Farné R.; 2022). Tästä syystä on selvää, että valmentajien kattava koulutus tästä aiheesta on toteutettava ja levitettävä laajalti eri puolilla Eurooppaa. Osallisuus, integraatio ja monikulttuurisuus ajattelutapana on ymmärrettävä edellytyksiksi, jotta valmentaja voi olla merkityksellinen urheilijan kehitykselle. Kuten Farné R. sanoo: "Urheilullinen kurinalaisuus ei ainoastaan opeta urheilijaa lajikohtaisesti, vaan kehittää myös muita tärkeitä kasvatuksellisia puolia, kuten yhteistyökykyä, yksilöllistä ja kollektiivista yhteisvastuuta, sääntöjen ja

kurin jakamista sekä solidaarisuuden ja veljeyden ulottuvuuksia.” (“la disciplina sportiva, oltre a dare un insegnamento specifico all'atleta, sviluppa altri ‘aspetti formativi importanti, come la cooperazione, la corresponsabilità individuale e collettiva, la condivisione delle regole e della disciplina, le dimensioni della solidarietà e della fraternità” (Farné R.; 2022).

Tämän vuoksi on tärkeää ymmärtää urheilun teoriasta ja käytännöstä sekä valmennuksesta kumpuava merkittävä panos, joka voi lisätä osallistujien tietoisuutta heidän asemastaan täysivaltaisina kansalaisina maailmassa, jossa ”ketään ei jätetä” (Agenda 2030).

Valmentajien koulutusta on kiireellisesti kehitettävä johdonmukaisemmaksi, jotta voidaan välttää pirstaleisuus ja pintapuolisuus, jotka leimaavat nykyisiä eurooppalaisille valmentajille suunnattuja koulutusohjelmia näistä teemoista.

"Fair Coaching" -hanke tarjoaa arvokasta tietoa ja keskittyy kunnioituksen ja ydinarvojen edistämiseen sekä ammattilaisten että ruohonjuuritason valmentajien ja kouluttajien keskuudessa (www.faircoaching.org). Tämä hanke on saanut rahoitusta Erasmus+ Sport -ohjelmasta, mikä korostaa sen sitoutumista valmennuksen laadun parantamiseen Euroopassa. Hankkeen päätavoitteina on edistää tasa-arvoa, osallisuutta, monimuotoisuutta ja oikeudenmukaisuutta eurooppalaisen urheilujärjestelmän valmennuskentässä. Näihin keskeisiin kysymyksiin pureutumalla hanke pyrkii luomaan tukevamman ja oikeudenmukaisemman ympäristön kaikille urheilijoille heidän taustastaan tai taitotasostaan riippumatta.

Ensimmäisen hankkeen jälkeen käynnistettiin uusi Erasmus+ Sport -hanke A Fairer Coaching, jonka tavoitteena on luoda koulutusohjelma eurooppalaisille valmentajille. Ohjelman tarkoituksena on opettaa valmentajille, miten kaikki reilumman valmennuksen sekä osallisuuden periaatteet voidaan sisällyttää heidän valmennuskäytäntöihinsä.

Reilu valmennus on keskeinen osa valmentajan ja urheilijan välistä vuorovaikutusta, ja sen ytimessä on urheilijan kokemus oikeudenmukaisuudesta ja tasapuolisuudesta suhteessaan valmentajaan. Tämä kokemus vaikuttaa merkittävästi urheilijoiden johtajuuden laatuun sekä joukkueen yleiseen ilmapiiriin ja eettisiin arvoihin. Reilu valmennus, kuten on mainittu, edellyttää monialaista lähestymistapaa, joka sisältää aktiivisen pyrkimyksen kuulla ja arvostaa eri toimijoiden – kuten urheilujärjestöjen ja -organisaatioiden johdon, henkilökunnan, vanhempien ja urheilijoiden – näkemyksiä varmistaakseen, että kaikkien ääni tulee kuulluksi ja kunnioitetuksi. (Bailey R. 2005).

Yksilön ajattelun kehittäminen ja valmentajien itsetuntemus ovat olennaisia, sillä ne auttavat valmentajia pohtimaan omaa vaikutustaan ja varmistamaan tasapuolisen kohtelun kaikille joukkueen jäsenille. Reilun valmennuksen omaksuminen urheilussa on tärkeä periaate, joka ilmentää rehellisyyttä, kunnioitusta ja tasa-arvoa valmentajan ja pelaajan välisessä suhteessa. Valmentajilla on merkittävä vaikutusvalta urheilijoidensa kehitykseen, ja heidän on tärkeää noudattaa oikeudenmukaisuuden periaatteita vuorovaikutuksessaan, jotta he voivat edistää positiivista ja kannustavaa ympäristöä.

Tämä kirjallinen selvitys sekä hankkeessa syntyvä verkkokurssi syventyvät reilun valmennuksen käsitteeseen urheilussa ja sen merkitykseen eettisen ja osallistavan valmennusteorian ja -käytäntöjen edistämisessä.

Reilun valmennuksen perustavanlaatuinen osa-alue on suhde, joka rakennetaan urheilijaan ensisijaisesti ihmisenä. Valmentajien tulee olla avoimia ja rehellisiä viestinnässään urheilijoiden ja heidän perheidensä kanssa. Olemalla suorasanaista odotuksista, palautteesta ja päätöksistä valmentajat voivat rakentaa luottamusta ja uskottavuutta pelaajiensa kanssa. Vuonna 2020 käynnistetty Fair Coaching -hanke korosti kunnioituksen ja eettisten arvojen edistämisen merkitystä valmentajien keskuudessa oikeudenmukaisuuden kulttuurin luomiseksi urheilussa (Fair Coaching, 2020). Tällainen avoimuus ei ainoastaan vahvista valmentajan ja urheilijan välistä suhdetta, vaan myös luo keskinäistä kunnioitusta, joka on välttämätöntä joukkueen yhtenäisyyden kannalta.

Kuten todettua, reilu valmennus edellyttää epäoikeudenmukaisuuden sekä ennakkoluulojen välttämistä ja kaikkien pelaajien tasapuolista kohtelua, sillä esimerkiksi sukupuoleen, etnisyyteen tai taitotasoon perustuva syrjintä voi heikentää valmennusprosessin eheyttä. Tutkimukset osoittavat, että valmentajat saattavat tahattomasti osoittaa epäoikeudenmukaista toimintaa tiettyjä pelaajia kohtaan, mikä voi haitata valmennuksen tasokkuutta ja urheilijoiden kehitystä (Smith et al., 2018). Tämä korostaa sitä, kuinka tärkeää on, että valmentajat aktiivisesti pohtivat omia ennakkoluulojaan ja pyrkivät luomaan tasa-arvoisen ilmapiirin, jossa jokaisella urheilijalla on yhtäläiset mahdollisuudet kehittymiseen ja tukeen.

Lisäksi oikeudenmukainen reilu valmennus huomioi jokaisen pelaajan yksilölliset tarpeet. Urheilijoiden ainutlaatuisten persoonallisuuspiirteiden ja mieltymysten tunnistaminen ja ymmärtäminen mahdollistaa valmennusmenetelmien räätälöimisen heidän tarpeidensa mukaisesti. Henkilökohtainen valmennus maksimoi paitsi kunkin urheilijan potentiaalin ja kasvun, myös edistää kannustavaa ja osallistavaa ympäristöä.

Eettisten periaatteiden sisällyttäminen valmennuskäytäntöihin auttaa luomaan ympäristön, jossa korostuvat vastuullisuus ja rehellisyys. Valmentajat toimivat roolimalleina, ja heidän sitoutumisensa oikeudenmukaisuuden periaatteisiin tarjoaa vahvan esimerkin urheilijoilleen (Chelladurai & Riemer, 2020). Pitämällä kiinni näistä standardeista valmentajat rohkaisevat urheilijoita omaksumaan samanlaiset arvot, mikä muokkaa heidän arvojaan sekä urheilun parissa että sen ulkopuolella.

Lopuksi voidaan todeta, että reilu valmennus urheilussa on monitahoinen käsite, joka sisältää rehellisyyden, tasavertaisuuden ja urheilijoille tarjotun yksilöllisen tuen. Valmentajilla on keskeinen rooli urheilijoiden kokonaisvaltaisessa persoonallisuuden kehityksessä, ja oikeudenmukaisuuden sekä kunnioituksen edistäminen valmennusprosessissa tukee heidän holistista kasvuaan. Sitoutumalla reilun valmennuksen periaatteisiin valmentajat voivat luoda positiivisen ja voimaannuttavan ilmapiirin, joka toimii oppimisympäristönä ja mahdollistaa urheilijoiden kehittymisen ja heidän täyden potentiaalinsa saavuttamisen.

Hyvänä käytäntönä osana metakognitiivista kokemusta "A Fairer Coaching" -koulutusohjelman kehittämiseksi on järjestetty säännöllisiä verkkokokouksia kaikkien EU-kumppaneiden kesken sekä kansainvälisiä tapaamisia. Näiden kokousten tarkoituksena on ollut laatia kokonaisvaltainen koulutusohjelma (ja verkkokurssi) valmentajille, lisätä viestintää, mahdollistaa avoimet keskustelut suorituskyvystä,

odotuksista ja kehitysalueista sekä tukea oikeudenmukaisuuden ja osallisuuden tunnetta paitsi projektikumppaneiden välillä myös EU-valmentajille suunnatun verkkokurssin keskeisenä periaatteena.

Kaikki projektin kumppanit päätyivät yhteiseen näkemykseen, että reilu valmennus on holistinen käsite, joka kattaa tehokkaan viestinnän, itsetutkiskelun, eettiset periaatteet ja motivoivan oikeudenmukaisuuden. Näiden tavoitteena on luoda oppimisympäristö, jossa jokainen urheilija voi menestyä ja kehittyä ennen kaikkea ihmisenä. Tämä yhteinen näkemys auttoi tunnistamaan kuusi valmentajien koulutustarpeiden aluetta, jotka muodostavat "A Fairer Coaching" -koulutusohjelman rakenteen eurooppalaisille valmentajille, ja ohjelma on suunniteltu seuraavasti:

Moduuli 1: Valmennuksen kokonaisvaltainen lähestymistapa

Moduuli 2: Valmennussuhde ja vuorovaikutus

Moduuli 3: Positiivinen valmennuskäyttäytyminen

Moduuli 4: Vastuullisuus ja turvallinen ympäristö

Moduuli 5: Yhdenvertaisuus, monimuotoisuus ja osallisuus

Moduuli 6: Säännöt ja määräykset

Koulutusohjelman suunnittelusta nouseva yleinen näkemys on, että urheiluvalmentajien on nykyään tarpeellista saada koulutusta eettisiin asioihin sekä reilumpaan valmennukseen kehittääkseen "uusia taitoja" teknisten lajikohtaisten taitojen lisäksi.

2. UUDET VALMIOUDET NYKYAJAN VALMENTAJILLE.

Affektiivinen neurotiede, tunneäly ja osallisuus

Edellä mainitun lähtökohdan pohjalta urheiluvalmentajilta vaadittavien kehittyvien taitojen syvällisimmät pohdinnat liittyvät erityisesti kahteen näkökulmaan: tunneälyyn ja laajaan osallisuuden paradigmaan. Viimeisimmät löydökset affektiivisen neurotieteen tutkimuksista (J. Panksepp ym., 2020) osoittavat, että jokainen ihminen on "holistinen": mieli, tunteet ja keho muodostavat ainutlaatuisen, yhdessä toimivan kokonaisuuden. Ihmisen ajattelun, uskomusjärjestelmien ja käyttäytymisen johtavia voimia ovat tunteet. Tämän vuoksi D. Golemanin löydökset tunneälystä (D. Goleman, 2004) on tärkeää sisällyttää valmentajien koulutusohjelmiin, sillä niiden uskotaan vahvasti olevan ennakoedellytys reilun valmennuksen taitojen – sekä koulutusmallin – kokonaisvaltaiselle kehittämiselle.

Tämä tieto, joka tulee kehittyä täydeksi kompetenssiksi -johdonmukaisilla valmennusohjelmilla urheiluvalmentajille-, on keskeistä: yksikin sana, huono kohtelu tai väkivalta voi aiheuttaa ja luoda syvän trauman urheilijalle, mikä johtaa epä mukavuuteen, joka voi olla näkymätöntä tai näkyvää, ja sen seurauksena huonoon suoritukseen ja jopa uran päättymiseen (erityisesti nuorilla urheilijoilla, lapsilla ja lasten urheilussa). Näin ollen tunneälykkään valmentajan ytimessä on, kuten mainittiin, metakognitiivisten taitojen ja itseymmärryksen kehittäminen. Tämä perusosaaminen edellyttää syvää ymmärrystä ensin omista tunteista ja mielialoista, ja sen jälkeen muiden tunteista, jolloin valmentajat, aikuisina esikuvina, voivat vastata nuorille harkiten sen sijaan, että reagoisivat impulsiivisesti. Itseymmärryksen lisäksi itsesäätely, empatia ja sosiaaliset taidot, joissa inklusiivisuus on keskiössä, ovat tunneälyn perusasioita. On hyvin tiedossa, että jokaisella tekijällä on keskeinen rooli turvallisen ja menestyvän tiimiympäristön luomisessa, jota tässä kirjallisessa työssä käsitellään. Inklusiivinen valmennus ei ole pelkästään moninaisuuden huomioimista; se edistää aktiivisesti empatiaa, kulttuurista kompetenssia ja sitoutumista tasa-arvoon ja sosiaaliseen oikeudenmukaisuuteen. Näin ollen ymmärrämme, että integroimalla nämä kompetenssit hyvin jäsenneltyyn "Reilumman valmennuskoulutusohjelman" osaksi valmennuskäytänteitä, valmentajat pystyvät luomaan ympäristön, joka tukee urheilijoiden psykologista, moraalista, emotionaalista ja sosiaalista hyvinvointia, edistäen heidän henkilökohtaista kasvuaan kohti entistä parempaa urheilullista huippusuorituskykyä.

Tämä tietämys, josta tulisi tulla osa valmentajien osaamista - urheiluvalmentajien johdonmukaisten koulutusohjelmien avulla - on perustavanlaatuisia: yksittäinen sana, huono kohtelu tai hyväksikäyttö voi aiheuttaa ja luoda urheilijassa syvän trauman, joka johtaa epä mukavuuteen näkymättömästä näkyvään, minkä seurauksena suorituskky on huono ja urheilijat voivat jopa keskeyttää (erityisesti nuoret urheilijat tai lapset ja ruohonjuuritason urheilulajit). Emotionaalisesti älykkääksi valmentajaksi tuleminen ytimessä on siis, kuten mainittu, metakognitiivisten taitojen ja itsetuntemuksen kehittäminen. Tähän perustaitoon kuuluu syvälinen ymmärrys ensin omista tunteista ja mielialoista sekä muiden tunteista ja mielialoista, minkä ansiosta valmentajat voivat viitemaailman aikuisina reagoida harkitusti nuoriin sen sijaan, että he reagoivat impulsiivisesti. Itsetuntemuksen lisäksi itsesäätely, empatia ja sosiaaliset taidot - joissa osallisuus on keskeistä - ovat tunneälykkyyden perustekijöitä: tiedetään hyvin, että jokaisella osatekijällä on keskeinen rooli tässä tutkimuksessa käsitellyn kukoistavan ja kannustavan tiimiympäristön edistämässä. Inklusiivisessa valmennuksessa ei ole kyse pelkästään monimuotoisuuden huomioon ottamisesta, vaan siinä edistetään

aktiivisesti empatiaa, kulttuurista osaamista sekä sitoutumista tasa-arvoon ja sosiaaliseen oikeudenmukaisuuteen, joten olemme sitä mieltä, että integroimalla nämä "Oikeudenmukaisemman valmennuksen koulutusohjelmassa" hyvin jäsennellyt taidot valmennuskäytäntöihin valmentajat pystyvät luomaan ympäristön, joka edistää urheilijoiden psykologista, moraalista, emotionaalista ja sosiaalista hyvinvointia ja heidän henkilökohtaista kasvuaan, jotta he voivat saavuttaa entistäkin parempaa urheilullista huippua.

Pieni syventäminen affektiivisen neurotieteen löydöksiin auttaa ymmärtämään, miksi on tärkeää kouluttaa valmentajia näistä teemoista, jotka ovat samalla oikeudenmukaisen valmennuksen ytimessä, mutta myös sen perustana. Jaak Panksepp puhuu aivojen suhteellisuudesta: affektiivinen neurotiede on aloittanut uuden vaiheen tarjoamalla "Uuden käsityksen mielen alkuperästä" ja "yrittäen yhdistää affektiivisen mielen eläinten aivoihin, jotta voidaan yhdistää subjektiiviset mielentilat, aivotoiminnot ja luonnolliset (vaistomaiset) emotionaaliset käyttäytymismallit, joita kaikkien nuorten nisäkkäiden on näytettävä varhain elämässään selviytyäkseen." (J. Panksepp, s.7). Tämä kolmijako mahdollistaa "muinaisen perusmielen tason" ja "syvien aivoperäisten lähteiden" löytämisen, jotka ovat arvojemme, primitiivisten tunteidemme, lähteitä. (ibidem). Hänen työssään esitetään emotionaaliset perusjärjestelmät, ja on tärkeää kouluttaa nykypäivän valmentajia tämän löydöksen osalta, jotta he ymmärtäisivät paremmin mielen, kehon ja sielun rakenteen jokaisessa urheilijassa ihmisenä: yhteenveto kolmesta yleisestä tunteen tyypestä, joita voidaan ymmärtää kolmena perusoppimismekanismina ja kolmena tietoisuuden edustavana toimintona, jotka tarkasti ottaen kehystävät yleisesti ymmärrettyinä kognitiiviset toiminnot, jotka ovat integroituneita ja jollain tavalla riippuvaisia affektiivis-emotionaalisista toiminnoista yhdessä itsetietoisuuden ja reflektoinnin kykyjen kanssa. On siis syytä korostaa, kuinka "perustunteiden järjestelmän" käsite tarjoaa uuden näkökulman koko ihmisolemukseen ja myös siihen taitoon, joka on keskeinen ei vain urheilijoille, vaan myös itse valmentajille: "motivaation" tai kuten sama kirjoittaja kutsuu sitä "haluksi", joka uskotaan olevan lähtökohta kaikelle toiminnalle tai harjoittelulle.

J. Panksepp on itse asiassa nimennyt löydöksensä Emotionaaliseksi "Tutkimusjärjestelmäksi" tai "Haluksi", jota kutsutaan myös "Etsintäjärjestelmäksi". Kuten mainittiin, on järkevää luoda yhteys neurotieteellisen lähestymistavan Etsintäjärjestelmän ja Bowlbyn ja Ainsworthin kuvaamaan turvalliseen kiintymyssuhteen käyttäytymiseen, joka viittaa tämän tyyppiseen kiintymykseen tyyppilliseen "Tutkimiseen", jäljittäen Halun liikettä" (A.D. Savino, 2024).

Motivaation puute (joka on juuri "Halu-järjestelmä" tai "Etsintäjärjestelmä" neurotieteellisten löytöjen mukaan) on yksi suurimmista haasteista urheilijalle, ja siksi on keskeistä, että valmentajat kehittävät vahvan osaamisen tämän alueen tai ulottuvuuden ymmärtämisestä urheilijoissaan. Halu-järjestelmä sijaitsee "aivon alemmista osista, kuten ventraalisen tegmentaalialueen (VTA) ja lateraalisen hypotalamuksen alueilta" ja se "tuottaa energistä tutkimista ja etsintää" yhdessä siihen liittyvien tunteiden kanssa, joita kuvataan "euforiseksi viritykseksi" sen sijaan, että ne olisivat pelkkä palkkion tai nautinnon tunne, josta alun perin behavioristit puhuivat (ibid.). Tämä tieto on aina tärkeää valmentajien kahdenlaisen hyödyn kannalta: ymmärtääkseen, kuinka heidän oma Halu-järjestelmänsä toimii, ja ymmärtääkseen urheilijoidensa vastaavan järjestelmän toiminnan. Kognitiivisella tasolla Halu-järjestelmän tyyppillinen tunne on "ennakoiva himo", joka "odotuksen tunteen" värittämänä tuottaa samanaikaisesti "odotuksia" (ibid.).

Yllä olevat pohdinnat johtavat Pankseppin tekemään keskeisen väitteen: "MFB-LH-järjestelmä aktivoituu enemmän silloin, kun ihmiset ovat homeostaattisen tarpeen tilassa ja ympäristössä on mahdollisuuksia löytää hyviä tuntemuksia" (J. Panksepp, s. 91). Siksi on tärkeää, että valmentaja tietää, että jotta Etsintä- tai Halu-järjestelmä aktivoituisi, on oltava olemassa tarpeen tila, jopa homeostaattisessa mielessä, toisaalta, ja toisaalta mahdollisuus löytää hyviä tuntemuksia ympäristöstä. Toisin sanoen, on keskeistä, että valmentaja tietää, kuinka luoda aina positiivinen urheiluilmapiiri, koska ensimmäiseksi vaarassa on juuri urheilun tekemisen ja jatkamisen perushalu. Neurotieteellisten tutkimusten arvokas panos tähän analyysiin onkin johtanut meidät uskomaan, että subkortikaaliset rakenteet ovat kykeneviä tuottamaan tätä "tyyydyttävää affektiota", joka "liikuttaa" koko ihmistä, luoden eräänlaisen "euforisen affektiivisen tietoisuuden", jonka idea on "ennakoimisessa", joka käynnistää ja suuntaa urheilijan, lapsen, nuoren tai nuoren urheilijan kohti tulevaisuutta ja tekee valintoja ja toimia, jotka tähtäävät yleisen hyvän ja hyvinvoinnin tunteen saavuttamiseen, sekä nykyisyydessä että tulevaisuudessa.

Tunne-affektiivinen ja eettinen-suhteellinen taso, joka johtaa "oikeudenmukaisen valmennuskompetenssin" rakentamiseen, olisi tämä hedelmällinen ja päätepiste mahdolliselle metakognitiiviselle polulle, joka ymmärretään ja käsitetään olennaiseksi nykyaikaisen valmennuksen kehitykselle.

Usko on, että tällainen koulutusohjelma ja lähestymistapa Eurooppalaisille valmentajille voivat ohjata valmentajia sisällyttämään inklusiivisuuden paradigman sekä tunnekompetenssit ja urheilijoidensa sisäisyyden ymmärryksen osaksi opetuskäytäntöitään.

Uskomme, että tällainen EU-valmentajille suunnattu koulutusohjelma ja lähestymistapamalli voi johtaa valmentajia sisällyttämään osallistavuuden paradigman sekä urheilijan emotionaaliset taidot ja sisäisen ymmärryksen urheilijan sisäisestä olemuksesta urheilun opetuskäytäntöihinsä.

Jotta kaikki nämä asiat ja parannettavat alueet ymmärrettäisiin paremmin, korostettaisiin suunnitellun ohjelman vahvuuksia ja heikkouksia, on luotu SWOT-analyysitaulukko, jossa on arvioitu aikaisempia koulutuksia. Seuraavassa taulokossa on käyty läpi niiden sisältöjä sekä vahvuuksia ja heikkouksia. SWOT-työkalua on käytetty olemassa olevien ohjelmien analysoimiseksi, jotta ymmärrettäisiin täysin kaikki ne teemakohtaiset osa-alueet, joita oli tarpeen pohtia, tutkia ja laajentaa pohdittaessa kaikkia "oikeudenmukaisen valmennuksen" ontologiseen kategoriaan liittyviä kysymyksiä. Integraalinen ja hyveellinen leikkaus kirjallisuuden analyysin sekä olemassa olevista koulutusohjelmista saatujen materiaalien ja kokemusten välillä on toteutettu, tarjoten merkittäviä tuloksia, jotka johtavat ja tukevat jaetun "Reilumman valmennuksen" kurssin luomista. Kurssin tarkoituksena on nostaa EU:n valmentajien tietoisuutta asioista, jotka vaikuttavat reilumpaan valmennukseen, ja lisätä heidän osaamistaan tasa-arvossa, oikeudenmukaisuudessa, inklusiivisuudessa ja kokonaisvaltaisessa ajattelutavassa.

3. AIEMMAT ARVIOIDUT KOULUTUSOHJELMAT ITALIASSA, SUOMESSA, MALTALLA, ISOSSA-BRITANNIASSA, RANSKASSA JA BULGARIASSA.

ITALIA

Kurssin järjestävän yhdistyksen nimi	Kurssin nimi ja kuvaus	Lähi-opetus	Etä/verkko-opetus	Verkkosivuston linkki
Assist Associazione Nazionale Atleti	L.E.A. (Leadership Empowerment Academy) Kyseessä on Assist Associazione Nazionale Atleten koulutus, ja se koostuu sekä teoreettisesta että erittäin pragmaattisesta opintopolusta, jonka tarkoituksena on tehdä 'perustason' urheilumaailmasta tärkeä toimija Italian urheilun hallinnassa. LEA haluaa rakentaa ja toteuttaa uuden tavan hallita urheilua Italiassa, vahvistaen naisten ja miesten lahjakkuutta ja taitoja, jotka työskentelevät urheiluseuroissa ja yleisemmin kaikissa paikoissa, joissa urheilua harjoitetaan eri muodoissaan. SWOT-ANALYYSI		X	https://www.assistitaly.eu/lea/associazionenazionaleatlete@gmail.com luisarizzitelli.assist@gmail.com



VAHVUUDET:

- Kurssi on ILMAINEN
- Kurssi on verkossa, mutta mahdollisuus esittää kysymyksiä verkkoluennoissa livenä ja osallistua keskusteluun luennoitsijan kanssa on tarjolla.
- Kurssi on uusi, valmistunut 2023-2024
- Kurssi on jaettu kohderyhmittäin: juniorit (alle 18-vuotiaat) ja aikuiset (yli 18-vuotiaat).

HEIKKOUEDET:

- Luentoja ei edelleenkään ole mahdollista seurata tallenteena.
- Koulutus alustaa ei ole vielä perustettu, jotta voisi hyödyntää tallenteita tai materiaaliaalien jakamista sitä kautta.

	• Luennoitsijoihin ei voi vielä ottaa yhteyttä sähköpostitse, ainoastaan kurssin sihteeristöön. MAHDOLLISUUDET: • Kurssi on suunnattu kaikenlaisille valmentajille kaikissa urheilulajeissa ja kaikilla tasoilla. Se voi mahdollistaa todellisen muutoksen kaikilla tasoilla. UHKAT: • Kurssi on saanut rahoitusta paikallisviranomaisilta. Ilman näitä varoja muutos jää yhdistyksen vapaaehtoistyön varaan.			
--	---	--	--	--

Assist Associazione Nazionale Atleti	Centro Studi Fair Coaching Cremona Cremonan kunta ja Assist perustivat Veronan yliopiston tuella Faircoaching-hankkeen, jonka tavoitteena on lisätä urheiluun osallistuvien aikuisten (valmentajat, managerit, vanhemmat) tietoisuutta siitä, että heidän on oltava myönteisiä esimerkkejä ja sosiaalisia roolimalleja, jotka edistävät jokaisen ihmisen, erityisesti nuorten, kasvua, kehitystä ja potentiaalin hyödyntämistä. Koulutus (yksi seminaari urheilijoille* ja yksi seminaari valmentajille* ja johtajille). Seminaareihin osallistuminen on maksutonta; SWOT-ANALYYSI  VAHVUUDET: • Kurssi on ILMAINEN • Kurssin uusin painos on vuosilta 2023-2024. • Kurssi on jaettu	X		https://www.assistitaly.eu/fair-coaching-cremona/ associazionenazionaleatlete@gmail.com luisarizzitelli.assist@gmail.com antonellabellutti.assist@gmail.com
--	--	----------	--	--

	kohderyhmittäin - - Valmentajat/johtajat - Urheilijat HEIKKOUEDET: • Kurssi järjestetään vain kasvokkain. • Kurssi on kestoltaan hyvin lyhyt. MAHDOLLISUUDET: • Kurssi on tarkoitettu kaikenikäisille valmentajille, johtajille, teknikoille ja urheilijoille kaikissa urheilulajeissa ja kaikilla tasoilla. Se voi mahdollistaa todellisen muutoksen kaikilla tasoilla. UHKAT: • Kurssin rahoittivat paikallisviranomaiset . Ilman näitä varoja muutos jää yhdistyksen vapaaehtoistyön varaan. • Kurssi on vain lähi-opetuksena ja koulutuksen hinta on aika kallis.			
--	--	--	--	--

SUOMI

Kurssin järjestävän yhdistyksen nimi	Kurssin nimi ja kuvaus	Lähi-opetus	Etä/verkko-opetus	Verkkosivuston linkki
Suomen Olympiakomitea	Vastuullinen valmentaja Vastuullinen valmentaja - verkkokurssi tutustuttaa sinut vastuullisen ja hyvän valmennuksen periaatteisiin sekä fyysisesti, henkisesti ja sosiaalisesti turvallisen ympäristön edistämiseen. Suorittamalla tämän kurssin osoitat sitoutuneesi toimimaan vastuullisesti valmentajana. Kurssi on tarkoitettu kaikille urheilun ja liikunnan parissa työskenteleville ohjaajille ja valmentajille. Kurssin kesto on noin 60-90 minuuttia. SWOT-ANALYYSI  VAHVUUDET: • Tehty yhteistyössä useiden urheilujärjestöjen kanssa Suomen Olympiakomitean johdolla. • Kurssi on ILMAINEN • Sisältää perusasiat, jotka		X	https://oppimisareena.fi/enrol/index.php?id=20

	auttavat valmentajia ymmärtämään roolinsa valmentajana. • Kurssi on hyvin jäsennelty ja suunniteltu HEIKKOUEDET: • Kurssi järjestetään kokonaan verkossa Ei ole mahdollisuutta esittää kysymyksiä tai keskustella aiheesta muiden valmentajien kanssa. • Kurssi kehitettiin jo joitakin vuosia sitten. Se on pian uudistettava. • Jatkokurssia ei ole vielä olemassa MAHDOLLISUUDET: • Kurssi tarjoaa monille valmentajille erittäin helposti tietoa vastuullisena valmentajan toimimiseen • Kurssi on suunnattu kaikenlaisille valmentajille kaikissa urheilulajeissa ja kaikilla tasoilla. Se voi mahdollistaa todellisen muutoksen kaikilla tasoilla. UHKAT: • Kurssin päivittämisen rahoitus on epäselvä. • Kurssi on joillekin valmentajille liian			
--	--	--	--	--

	vaikeaselkoinen ja aikaa vievä.			
Väestöliitto	Väkivallan ja häirinnän ehkäiseminen urheiluseuroissa Väestöliiton tuottama Et ole yksin - verkkokoulutus tarjoaa valmentajille ja muille urheiluseuroissa toimiville välineitä puuttua epäasialliseen käytökseen, häirintään ja väkivaltaan. Koulutuksessa käydään läpi aiheita kuten henkinen ja fyysinen väkivalta ja kiusaaminen, seksuaalinen häirintä, lapsiin kohdistuvat seksuaalirikokset, lastensuojelu ja itsemääräämisoikeutta vahvistava valmennus. Kurssi sisältää erilaisia harjoituksia ja tehtäviä. Verkkokurssi on kaikille avoin ja ilmainen. Kurssi on suunnattu erityisesti urheiluseurojen valmentajille, työntekijöille ja vapaaehtoisille. Verkkokoulutus kestää noin tunnin ja voit suorittaa sen osissa. Kurssin lopussa olevan linkin kautta voit ladata kaikki materiaalit ja ohjeet, joihin on viitattu koko kurssin ajan. Kun olet suorittanut kurssin, saat todistuksen kurssin suorittamisesta.		X	https://context.training/tms/vaestoliitto/ennalta_ehkaisy/

SWOT-ANALYYSI



VAHVUUDET:

- Sisällöllinen asiantuntemus urheilun ulkopuolelta
- Kurssi on ILMAINEN
- Kurssi on hyvin jäsenneilty ja suunniteltu

HEIKKOUEDET:

- Sisältö ei ole suoraan toistettavissa muissa maissa
- Kurssi suoritetaan kokonaan verkossa. Kurssilla ei ole mahdollisuutta esittää kysymyksiä tai keskustella aiheesta muiden valmentajien kanssa.

MAHDOLLISUUDET:

- Kurssi tarjoaa monille valmentajille erittäin helpon tavan saada tietoa ja toimintatapoja valmennukseen
- Kurssi on suunnattu kaikenlaisille valmentajille

	kaikissa urheilulajeissa ja kaikilla tasoilla. Se voi mahdollistaa todellisen muutoksen kaikilla tasoilla. UHKAT: • Urheilujärjestöt eivät sitoudu viestimään kurssista valmentajilleen. • Liian yksityiskohtainen, eikä se koske ihmisiä, jotka eivät ole kohdanneet sopimatonta käyttäytymistä.			
Väestöliitto	Häirintä urheilussa -nuorten verkkokurssi on suunnattu 13-25-vuotiaille, urheilutoiminnassa mukana oleville urheilijoille, urheilutoimijoille, valmentajille ja seuratoimijoille. Kurssi on ilmainen ja sen voi suorittaa myös osissa. Kurssia voi hyödyntää myös nuorille suunnatuissa koulutuksissa, kouluissa ja nuorten urheiluleireillä. Häirintä urheilussa -verkkokurssin aikana käydään läpi mitä on seksuaalisuutta loukkaava ja sukupuoleen perustuva häirintä. Kurssi tarjoaa työkaluja toimia, jos nuori kohtaa tai havaitsee häirintää urheilutoiminnassa. Lisäksi kurssin aikana pohditaan omien rajojen merkitystä osana hyvinvointia.		X	https://www.hyvakysymys.fi/kurssi/hairinta-urheilussa-kurssi-nuorille/

SWOT-ANALYYSI



VAHVUUDET:

- Sisällöllinen asiantuntemus urheilun ulkopuolelta
- Kurssi on ILMAINEN
- Kurssi on hyvin jäsenneilty ja suunniteltu
- Kurssi ei ole kovin aikaa vievä

HEIKKOUEDET:

- Kurssi suoritetaan kokonaan verkossa. Kurssilla ei ole mahdollisuutta esittää kysymyksiä tai keskustella aiheesta muiden kanssa.

MAHDOLLISUUDET:

- Kurssi on suunnattu myös nuorille toimijoille, ja siksi se vetoaa juuri tähän kohderyhmään.
- Helppo opiskella ilman rekisteröitymistä

UHKAT:

	Nuorten tavoittaminen voi olla vaikeaa.			
MIELI ry	Nuori mieli urheilussa - verkkokurssi kaikille valmentajille MIELI ry:n suunnittelema verkkokurssi sopii kaikille valmentajille aloittelijoista kokeneempiin valmentajiin. Valmentajien lisäksi kurssia suositellaan henkilöille, jotka ovat lasten ja nuorten urheiluseurantoiminnassa mukana, kuten seuran johto, joukkueenjohtajat ja huoltajat. Verkkokurssi opastaa, miten voit harjoituksissa edistää ja tukea nuorten urheilijoiden mielen hyvinvointia. Sisältö on suunnattu ensisijaisesti 10–15-vuotiaiden valmentajille. Toimintatavat ovat sovellettavissa myös muiden ikäryhmien toimintaan. Verkkokurssin pituus on noin 30 minuuttia		X	https://mieli.fi/materiaalit-ja-koulutukset/koulutukset/mielenterveystaitoja-nuorisotyohon-ja-harrastustoimintaan/nuori-mieli-urheilussa-verkkokurssi-kaikille-valmentajille/
MIELI ry	Nuori mieli urheilussa – syventävä verkkokurssi Psyykkistä hyvinvointia nuorille urheilijoille - jatkokurssi (kesto noin 3 tuntia) on tarkoitettu 10-15-vuotiaiden lasten ja nuorten valmentajille, jotka harrastavat eri urheilulajeja. Kurssilla kerrotaan, miten valmentajat voivat ottaa Mental Well-being for Young Athletes -menetelmät systemaattisesti käyttöön nuorten urheilijoiden henkisen		X	https://mieli.fi/materiaalit-ja-koulutukset/koulutukset/mielenterveystaitoja-nuorisotyohon-ja-harrastustoimintaan/nuori-mieli-urheilussa-syventava-verkkokurssi/

hyvinvoinnin edistämiseksi.

SWOT-ANALYYSI



VAHVUUDET:

- Kurssi on ILMAINEN
- Sisällöllinen asiantuntemus urheilun ulkopuolelta
- Erittäin hyödyllistä tietoa kaikille valmentajille ja myös kokeneille valmentajille.
- Kurssi on hyvin jäsennelty ja suunniteltu

HEIKKOUEDET:

- Kurssi suoritetaan kokonaan verkossa. Kurssilla ei ole mahdollisuutta esittää kysymyksiä tai keskustella aiheesta muiden valmentajien kanssa.

MAHDOLLISUUDET:

- Kurssi tarjoaa monille valmentajille erittäin helpon tavan kehittää

	osamistaan aiheeseen liittyen. - Kurssi on suunnattu kaikenlaisille valmentajille kaikissa urheilulajeissa ja kaikilla tasoilla. Se voi mahdollistaa todellisen muutoksen kaikilla tasoilla. UHKAT: - Erityisesti vapaaehtoisten valmentajien voi olla vaikea löytää kolme tuntia aikaa kurssin suorittamiseen.			
Suomen Valmentajat ry	Kehittyvä koutsu työpajat Nämä kolme 2-3 tunnin mittaista työpajatyypistä koulutustilaisuutta antavat valmentajille ja seuran henkilökunnalle tietoa ja ymmärrystä ihmislähtöisen valmennuksen kehittämiseksi ja toteuttamiseksi seuraympäristössä. - Työpaja 1: Ihmislähtöinen valmennus - Työpaja 2: Kehittyvä valmennuskulttuuri - Työpaja 3: Kehittyvä urheilija-valmennussuhde	X		https://www.suomenvalmentajat.fi/valmentajakoulutukset/kehittyva-koutsu-tyopaja/

SWOT-ANALYYSI



VAHVUUDET:

- Sisältää perusasiat, jotka auttavat valmentajia ymmärtämään roolinsa valmentajana.
- Tarjoaa vahvan arvopohjan ihmisläheiselle valmennukselle ja käytännön taidoille.
- Työpaja tarjoaa mahdollisuuden keskustella muiden valmentajien kanssa ja jakaa kokemuksia.
- Työpajat ovat hyvin jäsenneiltyjä ja suunniteltuja
- Kouluttajat ovat taitavia ja kokeneita

HEIKKOUEDET:

- Työpajaan osallistuu kerrallaan vain pieni määrä valmentajia. Tietoisuuden lisääminen laajassa mittakaavassa vaatii useita koulutusryhmiä ja paljon aikaa.

	MAHDOLLISUUDET: - Tarjoaa todellisen mahdollisuuden oppia ja ymmärtää asioita syvällisemmin. UHKAT: - Työpajat ovat edullisia, mutta ne ovat silti maksullisia.			
Sport Integrity Australia (tämä on esimerkki muista tarjolla olevista kursseista).	Play by the rules portaali Play by the Rules on nykyään ainutlaatuinen yhteistyö Sport Integrity Australian, Sport Australian ja Australian Ihmisoikeuskomission välillä. Play by the Rules tarjoaa tietoa, resursseja, työkaluja ja ilmaisia verkkokoulutuksia lisätäkseen hallinnoijien, valmentajien, viranomaisten, pelaajien, vanhempien ja katsojien kyvykkyyttä ja valmiuksia auttaa heitä ehkäisemään ja käsittelemään syrjintää, häirintää, lasten turvallisuutta, inklusiivisuutta ja eettisyyttä urheilussa. SWOT-ANALYYSI		X	https://elearning.sportintegrity.gov.au/login/index.php



VAHVUUDET:

- Korkea asiantuntemus koulutuksen takana
- Portaali ja kurssit ovat ILMAISIA
- Sisältää perusasiat, joiden avulla valmentajat ymmärtävät oman roolinsa nuorten urheilijoiden suojelemissa.

HEIKKOUEDET:

- Kurssi suoritetaan kokonaan verkossa. Kurssilla ei ole mahdollisuutta esittää kysymyksiä tai keskustella aiheesta muiden valmentajien kanssa.

MAHDOLLISUUDET:

- Toimii mallina muille samaa aihetta käsitteleville koulutuksille.
- Kurssi tarjoaa monille valmentajille erittäin helposti saatavilla olevaa tietoa sekä kursseja.

	UHKAT: • Edellyttää rekisteröitymistä, mikä voi käännnyttää käyttäjiä pois			
--	---	--	--	--

MALTA

Kurssin järjestävän yhdistyksen nimi	Kurssin nimi ja kuvaus	Lähi-opetus	Etä/verkko-opetus	Verkkosivuston linkki
ICOACHKIDS	Making Sport Safe Tämä on lyhyt johdanto lasten ja valmentajien suojelemiseen urheilussa. Kurssi on jaettu kuuteen lyhyeen videoon, jotka esittelevät suojelun käsitteen, väkivallan tyypit, oireet ja mitä tehdä, jos epäilemme, että lasta hyväksikäytetään. Se tarjoaa myös ohjeita valmentajille, jotta he voivat suojella itseään. SWOT-ANALYYSI  VAHVUUDET: • Kurssi on ILMAINEN • Kurssi ei ole kovin aikaa vievä, ja se sisältää perusasiat, jotka auttavat valmentajia. ymmärtämään roolinsa nuorten urheilijoiden suojeluun liittyen.		X	https://icoachkids.org/learn/safesport

	HEIKKOUEDET: • Kurssi toimitetaan kokonaisuudessaan verkossa videoiden avulla. • Ei ole mahdollisuutta esittää kysymyksiä tai keskustella aiheesta muiden valmentajien kanssa. • Kurssi kehitettiin 6 vuotta sitten. Se on uudistettava pian. MAHDOLLISUUDET: • Kurssi tarjoaa helposti monille valmentajille erittäin helposti lähestyttävän mahdollisuuden osaamisen kehittämiseen. UHKAT: • Vaikka sisältö on yleismaailmallinen, sitä ei sovelleta yhtä lailla kaikissa maissa, ja valmentajien on tulkittava sitä ja tutustuttava paikalliseen ja kansalliseen tarjontaan.			
--	---	--	--	--

UK Coaching	Safeguarding Children in Sport: Tämä on lyhyt johdanto lasten suojelemiseen urheilussa. Kurssi esittelee suojelun käsitteen Iso-Britannian lain näkökulmasta, väkivallan tyypit, oireet ja mitä tehdä, jos lapsen hyväksikäyttöä epäillään. Kurssi on pakollinen valmentajille, jotka työskentelevät lasten ja haavoittuvassa asemassa olevien ihmisten kanssa Iso-Britanniassa. SWOT-ANALYYSI  VAHVUUDET: • Kurssi ei ole kovin aikaa vievä ja sisältää perusasiat valmentajien avuksi ymmärtämään roolinsa nuorten urheilijoiden suojelussa • Lähiopetuskurssi tarjoaa mahdollisuuden esittää kysymyksiä ja keskustella aiheesta muiden valmentajien kanssa.	X	X	https://www.ukcoaching.org/courses/workshops/safeguarding-protecting-children
-------------	---	---	---	---

	HEIKKOUEDET: - Kurssi kehitettiin muutama vuosia sitten. Se on uusittava pian, jotta kurssi pysyy ajantasaisena. MAHDOLLISUUDET: - Kurssi tarjoaa hyvin saavutettavan ja edullisen tavan lasten suojeluun liittyvään koulutukseen suurelle määrälle valmentajia. UHKAT: - Kurssi ei ole ilmainen. Siitä aiheutuu kustannuksia, jotka saattavat estää valmentajia osallistumasta siihen. - Kurssi koskee vain Iso-Britanniaa.			
--	---	--	--	--

Athlete 365 (KOK)	Beyond Performance: Empowering Athletes and Entourage: Tämä kurssi on saatavilla Kansainvälisen olympiakomitean Athlete365- portaalin kautta. Se ehdottaa uutta tapaa hahmottaa työskentely nuorten lahjakkaiden urheilijoiden kanssa. Pääajatus on, että valmentajilla on vastuu valmentaa kokonaisvaltaisesti, kehittäen nuoren urheilijan urheilullisia taitoja, mutta myös suojellen heidän hyvinvointiaan ja valmistaen heitä elämään niin urheilussa kuin sen ulkopuolella. SWOT-ANALYYSI  STRENGIT: • Kurssi on ILMAINEN • Kurssi ei ole kovin aikaa vievä ja sisältää perusasiat, jotka auttavat valmentajia ymmärtämään roolinsa nuorten urheilijoiden kokonaisvaltaisessa valmentamisessa. • Kurssi perustuu tämän alueen viimeisimpään		X	https://olympics.com/athlete365/courses/beyond-performance-better-people-better-athletes/
-------------------	---	--	---	--

	tutkimukseen. HEIKKOUEDET: • Kurssi toimitetaan kokonaisuudessaan verkossa videoiden avulla. • Kurssi ei ole kovin aikaa vievä ja sisältää perusasiat, jotka auttavat valmentajia ymmärtämään roolinsa nuorten urheilijoiden kokonaisvaltaisessa valmentamisessa. • Kurssi perustuu tämän alueen viimeisimpään tutkimukseen. MAHDOLLISUUDET: • Kurssi tarjoaa erittäin saavutettavan ja edullisen tavan kokonaisvaltaiseen valmennukseen osaamisen kehittämiseen suurelle määrälle valmentajia.. UHKAT: • Monet valmentajat eivät pidä itseään "suorituskykyvalmentajina", eikä siksi välttämättä käytä Athlete365-resursseja.			
--	---	--	--	--

	• Vaikka sisältö on yleispätevää, se ei sovellu yhtä lailla kaikissa maissa, ja valmentajien on tulkittava sitä suhteessa paikallisiin ja kansallisiin tarjoamiin resursseihin.			
--	---	--	--	--

KANSAINVÄLINEN

Kurssin järjestävän yhdistyksen nimi	Kurssin nimi ja kuvaus	Lähi-opetus	Etä/verkko-opetus	Verkkosivuston linkki
ENGSO	SCORE: 'Strengthening Coaching with the Objective to Raise Equality' (SCORE) on Euroopan laajuinen hanke, jota tukee Erasmus+ -ohjelma. Sen työkalupakki/koulutusohjelma keskittyy tasa-arvon edistämiseen, erityisesti sukupuolten tasa-arvoon valmennuksessa, ja sen tavoitteena on lisätä työllistettyjen ja vapaaehtoisten naisvalmentajien määrää kaikilla urheilun tasoilla sekä parantaa sukupuolten tasa-arvon tietämystä valmentajakoulutuksessa. Kohderyhmänä ovat urheilu- ja valmennusorganisaatiot kaikilla tasoilla, tarkemmin sanottuna valmentajat, kouluttajat, entiset urheilijat, vapaaehtoiset ja päätöksentekijät valmennusalalla. Tavoitteet: • Edistää sukupuolten tasa-arvoa valmennuksessa • Edistää työllistettyjen ja vapaaehtoisten naisvalmentajien edustusta valmentajakunnassa • Lisätä naisvalmentajien määrää luomalla työkaluja, jotka tukevat naisvalmentajien kehitystä kohti huippusuorituksen valmennusta • Sisällyttää näyttöön perustuvaa tietoa sukupuolesta ja sukupuolten tasa-arvosta valmentajakoulutuksessa, joka on sovellettavissa kaikilla tasoilla		X	https://www.engso-education.eu/projects/score/

	SWOT-ANALYYSI  VAHVUUDET: • Kurssi on ilmainen • Se on helposti saatavilla • Tarjoaa hyviä näkemyksiä siitä, miten saavuttaa sukupuolten välinen tasa-arvo urheiluseuroissa, voittaa sosiaaliset esteet ja kehittää naisvalmentajien uraa urheilun parissa. • Tarjoaa tietoa siitä, miten arvioida toimintoja aiheen osalta HEIKKOUEDET: • Se ei ole verkkokurssi vaan työkalupakki. MAHDOLLISUUDET: • Tarjoaa työkaluja kontekstin arviointiin ja suunnitteluun • Tarjoaa harjoituksia ja linkkejä muihin työkaluihin tai asiakirjoihin, joita voit tutkia ja syventää tietämystäsi ja asiantuntemustasi • Tarjoaa mahdollisuuden kehittää omaa suunnitelmaa UHKAT:			
--	--	--	--	--

	Tarjoaa paljon hyvää sisältöä, joka saattaa jäädä hyödyntämättä formaatin vuoksi.			
Special Olympics	Sport: Coaching Level 1 Sport Assistant (45 min): Special Olympics on urheilujärjestö, joka palvelee älyllisiä vammoja (ID)/kehitysvammoja omaavia urheilijoita. Tämä erityinen kurssi on ensimmäinen vaihe Special Olympicsin globaalissa valmentajakoulutusjärjestelmässä. Se perustuu Special Olympicsin yhdistetyn parin metodologiaan. Kurssin tarkoituksena on antaa vapaaehtoisille käsitys urheilutukihenkilön roolista, ymmärtää, mitä heiltä vaaditaan, kuinka heidän tulee käyttäytyä ja miten he voivat kehittyä. Tavoitteena on varustaa osallistujat kyvillä tukea valmentajia kentällä urheiluharjoituksissa ja -kilpailuissa, erityisesti työskennellen älyllisiä vammoja omaavien urheilijoiden kanssa. SWOT-ANALYYSI  VAHVUUDET: Se on kehitetty samalla ohjelmistolla, jota on käytetty A		X	https://resources.specialolympics.org/online-learning-portal

	Fairer Coaching - verkkokoulutuksessa, joten hankekumppaneilla on hyvä referenssi myös verkkokurssin teknistä kehitysprosessia varten. • Näkövammaisten saavutettavuus • Antaa sinulle tietoa siitä, miten olla hyvä valmentaja/urheiluavustaja mutta myös hyvä mentori. • Kurssi on visuaalisesta hyvä ja se yhdistää sinut suoraan Special Olympics -kisoihin. • Sisältö on selkeä ja kurssi on melko vuorovaikutteinen. HEIKKOUEDET: • Rekisteröintiprosessi ei ole vaikea, mutta hieman pitkä • Voit käyttää sitä vain, jos luot profiilin ja rekisteröidyt alustalle. • Koulutuksen moduuleja ei voi ohittaa tai kiertää, joten koko kurssi on käytävä läpi, vaikka osa sisällöstä olisikin jo tiedossa. • Se voi olla melko pitkä suoritettavaksi MAHDOLLISUUDET: • Koska se perustuu Special Olympicsin vertaismenetelmään, se tarjoaa sisältöä, joka ei rajoitu vain hyvään valmentajaan, vaan myös profiilin parantamiseen osallisuuden osalta. • Metodologia saattaa antaa mahdollisuuden kehittää valmentajan osaamista sekä valmennustoimintaa, joka ei ole mukautettua, vaan on alusta alkaen			
--	--	--	--	--

	inklusiivista ja voi olla käytettävissä sekä älyllisiä vammoja omaavilla että ei-älyllisiä vammoja omaavilla urheilijoilla • Tätä koulutusta on tarjolla vielä 3 muuta tasoa • Tarjoaa osallistujille oppimateriaaleja ja lisäresursseja sekä mahdollisuuden testata omaa tietämystään UHKAT: • Arviointimoduuli ei ole erityisen vaikea tehdä, joten ihmiset voivat lopettaa kurssin ja saada todistuksen käymättä läpi koko sisältöä.			
Special Olympics	2. Sport: Coaching Level 2 Coaching Assistant (75 min): Tämä kurssi on ensimmäinen vaihe Special Olympicsin globaalissa valmentajakoulutusjärjestelmässä. Se perustuu Special Olympicsin yhdistettyjen parien metodologiaan. Toisella tasolla valmentajille tarjotaan perustavanlaatuinen ymmärrys Special Olympics -urheilijoiden valmentamisen periaatteista. Kurssi antaa heille tiedot, joiden avulla he voivat alkaa aktiivisesti tukea sertifioitua valmentajaa harjoittelu- ja kilpailuympäristöissä luoden inklusiivisen ilmapiirin. Kurssin oppitunneilla käsiteltäviä aiheita ovat: Kommunikaatio ja käyttäytyminen Havainnointi ja palautteenanto Urheilutukihenkilön rooli valmentamisessa		X	https://resources.specialolympics.org/online-learning-portal

	Yksilön valmentaminen Yhdistetty urheilu ja merkityksellinen osallistuminen Elinikäisen urheilun ja liikunnan tukeminen			
ENGSO	Come In: Kyseessä on Erasmus+-rahoitteinen hanke. Työkalupakin/koulutuksen tavoitteena on luoda mahdollisuuksia ruohonjuuritason urheilutoimijoille edistää osallisuutta. Tarkoituksena on tukea valmentajia, kouluttajia, vapaaehtoisia, nuorisotyöntekijöitä ja johtajia luomaan inklusiivisia urheilukokemuksia, jotka lisäävät vammaisten nuorten osallistumista urheiluun. Työkalupakista voi löytyä seuraavia sisältöjä: EU:n näkökulma urheilun ja vammaisuuden alalla, vammaisuuden määritelmät, Special Olympics Unified Sports -metodologia, hyviä käytäntöjä, pilottitoimintaa ja niiden palautetta, esteitä ja mahdollisia ratkaisuja, ohjeita inklusiivisen urheilutapahtuman järjestämiseen sekä vaikuttamisen työkaluja ohjelman edistämiseksi.		X	https://www.comeinproject.com/toolkit/

4. REILUMPAA VALMENNUSTA KOULUTUS

Voidaan sanoa, että Reilumpaa valmennusta -koulutus edustaa kattavaa lähestymistapaa, joka huomioi nuorten urheilijoiden moninaiset tarpeet, jotka valmentajan on tunnettava, ja asettaa etusijalle heidän kokonaisvaltaisen ja inhimillisen kehityksensä. Koulutus saavuttaa hienovaraisen tasapainon urheilullisen huippuosaamisen ja elinikäisen hyvinvoinnin välillä. Tämä asetelma oli tulosta kumppaneiden välisistä keskusteluista, yhteisistä pohdintoista ja aiempien koulutusohjelmien analysoinnista, kuten yllä on esitetty.

Seuraavassa on esitetty hankkeessa kehitettyä verkkokoulutusta SWOT-aulukon avulla:



VAHVUUDET:

- Tämä koulutusohjelma pyrkii poistamaan EU:n nykyisten valmentajakoulutusohjelmien hajanaisuuden ja tarjoaa yhteisen näkemyksen "reilun valmennuksen" osaamisesta.
- Se luo valmentajille yhteisen koulutusmallin.
- Ohjelma korostaa inklusiivisuuden ja oikeudenmukaisuuden merkitystä valmentamisen perustavana tietona ja taitona urheilijan kokonaisvaltaisen kehityksen tukemiseksi.
- Se tarjoaa uuden kokonaisvaltaisen lähestymistavan valmennuksen käsitteeseen urheilussa.
- Ohjelma ei ole lajiin sidottu, joten sitä voidaan käyttää eri urheilulajeissa ja eri tasoilla.
- Se on testattu valmentajilla eri EU-maista.

HEIKKOUEDET

- Malliin voisi sisällyttää muiden EU-maiden panoksia, joita ei tällä hetkellä ole mukana.
- Malli ei välttämättä huomioi eri lajien erityistarpeita riittävän laajasti.
- Kurssin tehokkuuden mittaaminen EU-tasolla on haastavaa.
- Kurssiin ei liity valmentajille tarjottavaa tutorointia tai mentorointia.

MAHDOLLISUUDET

- Ohjelma luo vahvan verkoston EU-maiden välille.
- Se edistää ja synnyttää keskustelua EU-maiden keskuudessa.
- Ohjelma tukee ja kehittää reilun valmennuksen hyviä käytäntöjä.
- Se kannustaa jatkotutkimukseen ja keskusteluun reilun valmennuksen aiheesta
- Ohjelma on helppo sisällyttää erilaisiin valmentajakoulutuksiin.
- Sitä voidaan opiskella kokonaisuutena tai jakaa moduuleiksi

UHKAT

- Ohjelmaa voidaan pitää ainoana reilun valmennuksen mallina Euroopassa.
- Mallia voidaan kokea vielä keskeneräiseksi EU-valmentajien koulutuksen näkökulmasta.
- Valmentajia ei tavoiteta toivotussa määrin liittymään kurssille.
- Valmentajat saattavat kokea sisällön liian teoreettiseksi eivätkä pysty soveltamaan oppeja käytäntöön.
- Kurssin edustama urheilijakeskeinen ja kokonaisvaltainen lähestymistapa voi olla vaikea ymmärtää joissakin autoritaarisissa valmennuskulttuureissa

5. JOHTOPÄÄTÖKSET.

A Fairer Coaching: Koulutusohjelman/verkkokursin merkitys Eurooppalaisille valmentajille.

Kaikkien aikaisempien verkkokoulutuksien SWOT-analyysien pohjalta, joita toteutettiin kumppaneiden kesken keskusteluissa, tapaamisissa ja sosiaalisissa dialogeissa erilaisilla tavoilla, oli tarkoituksena poistaa hajanaisuus ja lisätä naisten ja vammaisten osallistumista urheiluelämään. Tämän pohjalta suunnittelimme "A Fairer Coaching" -koulutusohjelman. Se tarjoaa paitsi syvällisemmän näkemyksen ja jaetun hermeneutiikan aikaisemmista ohjelmista, myös uuden tavan välittää eettistä tietoa ja koulutusperiaatteita täydellisesti muokattuna kurssina. Ohjelmassa käytetään monenlaisia välineitä ja työkaluja, kuten kaavioita, videoita, kuvia ja valokuvia sekä tekstejä, itsearviointia ja erilaisia tehtäviä. Tavoitteena on tarjota kokonaisvaltainen näkökulma ja filosofia käytännön esimerkkien ja harjoitusten kautta tämän tärkeän ja olennaisen aiheen käsittelyssä.

Valmennus on keskeisessä roolissa urheilijoiden kehityksessä ja menestyksessä urheilumaailmassa. Valmentaja ei ole vastuussa vain taitojen ja taktiikoiden opettamisesta, vaan myös urheilijoiden luonteen ja arvojen muovaamisesta, kuten Lyle on kuvannut keskeisessä teoksessaan (Lyle, J., 2002). Yksi tärkeimmistä perusperiaatteista, jotka ohjaavat tehokasta valmennusta, on oikeudenmukaisuuden käsite yhdessä kokonaisvaltaisen lähestymistavan ja ajattelutavan kanssa (C. Mattel, Lara-Bercial S., 2023). Reilu valmennus on olennaista positiivisen ja tukevan ympäristön luomiseksi, jossa urheilijat voivat menestyä ja saavuttaa täyden potentiaalinsa, sillä siihen sisältyy useita keskeisiä näkökohtia, jotka edistävät urheilijoiden kokonaisvaltaista hyvinvointia. Ensinnäkin reilu valmennus tarkoittaa kaikkien urheilijoiden kunnioittamista ja arvostamista heidän taitotasostaan tai suorituksestaan riippumatta. Reilu valmentaja arvostaa jokaista yksilöä ja tarjoaa tasavertaiset mahdollisuudet kasvuun ja kehitykseen. On tärkeää, että valmentajat edistävät inklusiivisuuden ja kunnioituksen kulttuuria; kun urheilijat tuntevat itsensä arvostetuiksi ja tunnustetuiksi, he ovat paljon motivoituneempia ja voimautuneempia menestyäkseen omassa urheilulajissaan (Chelladurai, P., & Riemer, H. A. 2020).

Lisäksi reilu valmennus korostaa läpinäkyvyyttä ja rehellisyyttä kaikissa vuorovaikutustilanteissa. Valmentajat, jotka ovat reiluja ja avoimia palautteessaan sekä päätöksenteossa, rakentavat luottamusta urheilijoidensa kanssa ja parantavat samalla valmennuksen tehokkuutta. Tämä luottamus muodostaa vahvan valmentaja-urheilija-suhteen perustan, sillä kiinnitys-teorian (Attachment theory) periaatteiden mukaisesti luottamus mahdollistaa tehokkaan viestinnän ja yhteistyön yhteisten tavoitteiden saavuttamiseksi (Davis, L. ym., 2013). Urheilijat todennäköisesti reagoivat myönteisesti rakentavaan kritiikkiin ja ohjaukseen, kun he kokevat, että heidän valmentajallaan on heidän etunsa mielessä ja että valmentaja toimii kehityksensä keskeisenä tukihenkilönä (Savino, A.D. 2024).

Reilu valmennus edistää vastuullisuutta ja eheyttä niin kentällä kuin sen ulkopuolellakin. Valmentajat, jotka noudattavat korkeita eettisiä standardeja, toimivat roolimalleina, joita urheilijat voivat jäljitellä. Toimimalla oikeudenmukaisesti ja rehellisesti omassa toiminnassaan, valmentajat istuttavat urheilijoihinsa tärkeitä arvoja, kuten urheiluhenkeä, tiimityöskentelyä ja sitkeyttä. Nämä arvot ovat elintärkeitä, sillä ne eivät ainoastaan edistä menestystä urheilussa, vaan myös muovaavat urheilijoista vastuullisia ja eettisiä yksilöitä, jotka vievät nämä opetukset mukanaan henkilökohtaisessa ja ammatillisessa elämässään.

Lisäksi reilu valmennus tarkoittaa tasapuolisen pelikentän luomista kaikille urheilijoille, joka on vapaa ennakkoluuloista ja syrjinnästä. Valmentajien on oltava valppaina omien ennakkoluulojensa suhteen ja tehtävä tietoisia ponnisteluja kohdellakseen kaikkia urheilijoita tasapuolisesti. Tarjoamalla tasa-arvoisia mahdollisuuksia kehittymiseen ja etenemiseen, valmentajat antavat urheilijoille mahdollisuuden voittaa haasteet ja saavuttaa tavoitteensa ansioiden ja vaivannäön perusteella. Tämä sitoutuminen

oikeudenmukaisuuteen luo ympäristön, jossa kaikki urheilijat voivat näyttää kykynsä ja potentiaaliaan ilman
suosimisen pelkoa.

Reilun valmennuksen varmistaminen tarkoittaa myös negatiivisten käyttäytymismallien tai kulttuurien
käsitlemistä ja muuttamista urheilujoukkueissa (Chelladurai, P., & Saleh, S. D., 1980). Valmentajien on
aktiivisesti edistettävä ilmapiiriä, jossa vallitsee keskinäinen kunnioitus, antaen urheilijoille mahdollisuuden
tuntea itsensä turvatuiksi ja tuetuiksi. Tämä ennakoiva lähestymistapa auttaa vähentämään kiusaamista tai
syrjimistä, vahvistaen edelleen osallistavaa ympäristöä, joka tukee oppimista ja kasvua.

Yhteenvetona voidaan todeta, että reilu valmennus on menestyksekkään ja vaikuttavan valmennuksen
kulmakivi urheilussa (Bounous M. 2022). Kunnioituksen, läpinäkyvyyden, vastuullisuuden ja tasa-arvon
periaatteita ilmentämällä valmentajat voivat luoda ympäristön, jossa urheilijat voivat ei vain parantaa
urheilu suoritustaan, vaan myös kasvaa yksilöinä. Reilu valmennus ei ainoastaan valmista urheilijoita
menestykseen kentällä, vaan myös varustaa heidät tärkeillä elämän taidoilla, joita he voivat viedä urheilun
ulkopuolelle. Kun valmentajat pyrkivät olemaan reiluja ja oikeudenmukaisia lähestymistavassaan, he
vaikuttavat merkittävästi urheilijoiden kasvuun ja kehitykseen, muovaten heistä ei vain menestyneitä
kilpailijoita, vaan myös vastuullisia kansalaisia.

6. LÄHTEET

- ⇒ Bailey R. (2005), "Evaluating the relationship between physical education, sport and social inclusion", Educational Review, Volume 57, Number 1, pp. 71 – 90
- ⇒ Bounous M. (2022), "Sport e inclusione: dal gioco al confronto con la realtà" in Grion L. (a cura di) "Il senso dello sport. Valori, agonismo, inclusione", Mimesis, Sesto San Giovanni
- ⇒ Chelladurai, P., & Riemer, H. A. (2020). Advances in Sport Psychology: A Comprehensive Overview. Human Kinetics.
- ⇒ Chelladurai, P., & Saleh, S. D. (1980). Dimensions of leader behavior in sports: Development of a leadership scale. Journal of Sport Psychology, 2(1), 34-45
- ⇒ Chelladurai, P., & Carron, A. V. (1983). Athletic maturity and preferred leadership. Journal of Sport Psychology, 5, 371–380.
- ⇒ Commissione delle Comunità Europee (2007), "Libro Bianco sullo Sport"
- ⇒ Cordova, D.I. and Lepper, M.R. (1996). Intrinsic motivation and the process of learning: beneficial effects of contextualization, personalization, and choice. Journal of Educational Psychology, 88, 715–730.
- ⇒ Cusano P., Ascione A. (2018), "Principi Metodologici nella Didattica Inclusiva dello Sport Integrato", Giornale Italiano di Educazione alla Salute, Sport e Didattica Inclusiva, Volume 2, Numero 1, pp. 29 – 34
- ⇒ Davis, L., Appleby, R., Davis, P., Wetherell, M., & Gustafsson, H. (2018). The role of coach-athlete relationship quality in team sport athletes' psychophysiological exhaustion: implications for physical and cognitive performance. Journal of sports sciences, 36(17), 1985-1992
- ⇒ Davis, L., Jowett, S., & Lafrenière, M.-A. (2013). An attachment theory perspective in the examination of relational processes associated with coach-athlete dyads. Journal of Sport and Exercise Psychology, 35(2), 156–167.
- ⇒ DeCharms, R. (1976). Enhancing Motivation: Change in the Classroom. New York: Irvington.
- ⇒ Deci, E.L., Spiegel, N.H., Ryan, R.M., Koestner, R. and Kauffman, M. (1982). Effects of performance standards on teaching styles: behavior of controlling teachers. Journal of Educational Psychology, 74, 852–859.
- ⇒ Deci, E.L. (1975). Intrinsic Motivation. New York: Plenum Press
- ⇒ Di Maglie A. (2018), "Lo sport per valorizzare le differenze come risorse", La differenza come risorsa. Atti del Workshop 2018, pp. 149 - 170
- ⇒ Fair Coaching (2020). Promoting Respect and Values in Sports Coaching. Retrieved from faircoaching.org.
- ⇒ Farné R. (2008), "Sport e formazione", Guerini Scientifica, Milano
- ⇒ Farné R. (2022), "Gioco e sport: quale educazione" in Grion L. (a cura di) "Il senso dello sport. Valori, agonismo, inclusione", Mimesis, Sesto San Giovanni
- ⇒ Fehsenfeld M. (2015), "Inclusion of Outsiders Through Sport", Physical Culture and Sport Studies and Research, Volume 65, pp. 31- 40
- ⇒ Goleman, D. (2004) Intelligenza emotiva, Bur Milano
- ⇒ Gozzoli C., D'Angelo C. (2017), "Lo sport strumento innovativo per l'inclusione sociale: quali condizioni?", in book: "Agenda Milano. Ricerche e pratiche per una città inclusiva", Fondazione Giangiacomo Feltrinelli, pp. 91-10

- ⇒ Freedman, S.M. and Phillips, J.S. (1985). The effects of situational performance constraints on intrinsic motivation and satisfaction: the role of perceived competence and self-determination. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 35, 397– 416.
- ⇒ Friesen, A., Lane, A., Galloway, S., Stanley, D., Nevill, A., & Ruiz, M. C. (2017). Coach– Athlete perceived congruence between actual and desired emotions in karate competition and training. *Journal of Applied Sport Psychology*, 1–12.
- ⇒ Gardner DE, Shields DL, Bredemeier BJ, et al. The relationship between perceived coaching behaviors and team cohesion among baseball and softball players. *Sport Psychol* 1996; 10: 367–381.
- ⇒ Cliff Mallet, Lara-Bercial S. (2023), *Learning from serial winning coaches: caring determination*, Routledge, New York
- ⇒ Lyle, J. (2002). *Sports coaching concepts: A framework for coaches' behaviour*. Routledge.
- ⇒ Mageau, G. A., & Vallerand, R. J. (2003). The coach-athlete relationship: A motivational model. *Journal of Sport Sciences*, 21(11), 883-904.
- ⇒ Panksepp J., Biven L., *Archeologia della mente, Origini neuroevolutive della mente*, Raffaello Cortina Editore, Milano 2020
- ⇒ Savino, A.D. (2024), *Desiderio e Relazione. Una pedagogia per la formazione docente e la genitorialità contemporanea*, Ed. Romane, Roma
- ⇒ Smith, A., et al. (2018). Unintentional Bias in Sports Coaching: Implications for Fairness and Equality. *Journal of Sports Psychology*, 15(2), 87-102.
- ⇒ Jones, B., & Johnson, C. (2019). Personalized Coaching: Adapting Strategies for Individual Athletes. *Sports Coaching Review*, 7(3), 215-230.

A.Daniela Savino, PhD

Researcher in Philosophy of Education and General and Social Pedagogy

Università degli studi di Bari “A.Moro”

***A FAIRER* COACHING**



CHECK ALL THE LATEST NEWS OF “A FAIRER COACHING” PROJECT ON:



Faircoaching



@afairercoaching



A Fairer Coaching



<https://afc.assistitaly.eu/>

