

Perché è importante

Nel contesto sportivo, la relazione tra adulti/e e atleti/e – in particolare se minori – è alla base del percorso educativo e di crescita.

Riconoscere e rispettare i confini relazionali significa proteggere entrambe le parti, creare fiducia e prevenire comportamenti inappropriati o fraintendimenti.

I confini non limitano la relazione: la rendono sicura, chiara e rispettosa.

Cosa sono i confini relazionali

I confini relazionali sono i limiti che definiscono il modo corretto e rispettoso di interagire con gli/le altri/e.

Nel contesto sportivo riguardano quattro aree principali:

| Area | Comportamento corretto | Da evitare |
|-----------------|---|---|
| Fisica | Il contatto è ammesso solo se funzionale all'attività sportiva, spiegato e consensuale. | Toccare senza spiegazione o consenso. |
| Verbale | Usare un linguaggio chiaro, rispettoso e motivante. | Battute, soprannomi o commenti offensivi o ambigui. |
| Emotiva | Mostrare empatia e sostegno senza sostituirsi a figure genitoriali o terapeutiche. | Eccessiva confidenzialità o coinvolgimento emotivo personale. |
| Digitale | Utilizzare canali ufficiali e trasparenti (chat di gruppo, e-mail istituzionali). | Messaggi privati o comunicazioni personali non pertinenti. |

Buone pratiche per allenatori/allenatrici e dirigenti

- Spiega sempre il motivo di un contatto fisico o di una correzione tecnica.
- Mantieni la relazione su un piano professionale, anche nei momenti di confidenza.
- Conduci colloqui individuali solo in spazi aperti e visibili.
- Se noti un disagio, ascolta senza giudicare e segnala al/alla Responsabile Safeguarding.
- Ricorda che le regole valgono anche tra adulti/e: il rispetto è reciproco.

Comportamenti da evitare

- Correggere fisicamente senza spiegare.
- Fare battute o commenti su aspetto, peso o orientamento.
- Invitare atleti/e a incontri o attività non ufficiali senza consenso e trasparenza.
- Usare i social per comunicazioni personali o "amicali".
- Minimizzare episodi inappropriati con frasi come "era solo uno scherzo".