



安全教育課程

每個教練都需要知道—保護運動中的兒童

目錄

1. 兒童保護和體育運動	2
2. 在足球運動中保護兒童的原則	3
3. 作為一名足球教練，你的責任是什麼	3
4. 識別虐待	3
5. 確保運動中的兒童受到保護	5
6. 霸凌	7
7. 如何幫助想要向您披露虐待行為的孩子？	8
8. 報告虐待行為	8
9. 體育署兒童安全相關資料	8

1. 兒童保護和體育運動

兒童保護是保護兒童免受虐待、傷害或忽視。教練有責任以這樣的方式照顧兒童，既不傷害他們，也不傷害其他人，並報告和記錄與兒童受到傷害有關的所有問題。

我們知道，運動讓孩子們有機會享受樂趣，培養自尊、自信、領導力和團隊合作等能力。只有當我們都將兒童福利放在首位，並創造和發展被傾聽和尊重的文化時，這才會發生。

儘管體育運動對兒童的福祉發揮著寶貴的作用，但如果沒有適當的政策和程序，也可能成為兒童受到虐待、排斥或利用的地方。

教練處於獨特的地位，成為年輕參與者的榜樣和導師，但也有無數的不良事件是教練濫用他們的影響力和權力來利用年輕人—騷擾、操縱、忽視和虐待他們。

教練在保護兒童方面發揮著至關重要的作用，並且往往會成為兒童及其活動的焦點。良好的指導是提供一個有趣和安全的環境，讓孩子們可以享受他們可能是第一次體驗一項運動，獲得一些成功，並有動力繼續玩下去。

作為教練，您有能力發現您照顧的兒童中可能發生的虐待跡象。您還必須能夠識別虐待的跡象，並知道當您覺得發生虐待時該怎么做。當您定期與孩子一起工作時，您可能是孩子選擇談論他們生活中發生的事情的人。重要的是您知道如何應對處於危險中的孩子，以及如何與可以提供幫助的人適當地分享信息。

足球與任何運動一樣，對兒童和青少年有著非常強烈的積極影響。在您作為教練監督兒童期間，您最終有責任確保他們受到保護，不會被您或其他人虐待，創造一個安心、安全的足球環境。

誰是兒童？

任何未滿 18 歲的人都是兒童。

什麼是兒童保護？

為兒童提供保護，免受有意和無意傷害的指導方針、程序和政策。

什麼是虐待兒童？

虐待兒童是對兒童造成傷害、潛在傷害或任何傷害威脅的任何行為或一系列行為。虐待可能有多種形式，包括身體虐待、情感或心理虐待、性騷擾或剝削。每個地區都有不同的習俗和養育孩子的方式，所以在一個國家被認為是虐待的事情在另一個國家可能不會被認為是虐待。在許多國家，對任何年齡的兒童進行體罰都是虐待和違法的。另一方面，在某些地區的文化中，如果父母或成年人不打孩

子，則被視為疏忽！我們必須開始意識到，即使某些做法在文化上是可以接受的，但它們仍然可能對兒童有害。

2. 在足球運動中保護兒童的原則

兒童和青少年還面臨一些體育活動獨有的風險，例如表現出色的年輕運動員遭受各類虐待的風險將升高。對於兒童而言，運動應該是安全的避風港。遵循以下原則，將有助於教練為足球家族中最年輕的成員確保安全和安心的足球環境。

1. 將為兒童的最大利益而行動。確保兒童在足球活動中的安全是提高他們享受和表現的一部分承諾。
2. 兒童權利將在足球比賽中得到尊重和促進。這意味著：
 - 每個孩子都有權在安全和包容的環境中參加足球運動，並且不受任何形式的傷害、騷擾和剝削。
 - 我們會優先考慮孩子勝於比賽的勝負以及裁判、支持者或其他角色。
 - 任何形式的傷害均是不尊重兒童的權利，因此不會被容忍。
3. 原則和慣例適用於所有兒童，且不受任何形式的歧視與其它原因影響。
4. 無論我們來自哪個國家或在足球運動中所扮演的角色，保護兒童是每個人的責。這意味著，當我們照顧孩子時，我們有義務保護他們。
5. 由所屬組織定義特定的角色和職責，且所有疑慮將得到適當的處理與報告。

3. 作為一名足球教練，你的責任是什麼

作為教練，您的首要工作是確保您照顧的孩子的安全，且孩子的福利是最重要的。您有責任創造一個環境，讓兒童安全、免受傷害、歧視和任何不公平的待遇。在您的照顧下，兒童的權利和願望必須得到尊重。為了履行這些責任，您需要了解到：

- 當虐待兒童發生或被檢舉時，您必須能夠識別。
- 您必須能夠識別虐待兒童的跡象並以適當的程序和行動做出回應。
- 在與兒童一起工作時，您必須遵守並提倡正確的做法。

4. 識別虐待

虐待可能發生在任何地方，包括在球場、更衣室。可能來自成人對兒童的不當管教或是教練無意中從事辱罵行為，也可能是孩子欺負孩子。

如果兒童處於不恰當的環境或需要參與不恰當的活動，包括與年齡不符的活動、過度訓練和承擔不切實際的期望，以及某些從事或試圖從事有償或志願體育工作的個人都可能對兒童造成風險。我們需保持警惕並注意可能會影響兒童安全或福祉的行為和情況或者你認為兒童可能受到傷害的情況。

虐待兒童的類型包含身體虐待、情感虐待、性虐待、忽視。

在運動中如何發生身體虐待

當父母、監護人、教練甚至年齡較大的孩子等其他人對兒童或年輕人造成非意外傷害時，就會發生體育運動中的身體虐待。例如透過擊打、掌摑、投擲設備或推等方式對輸掉比賽的兒童進行體罰。

在運動中如何發生情緒虐待

情感虐待包括對兒童或青少年造成心理傷害的任何行為。常見的例子包括：

- 強迫孩子參加運動。
- 孩子表現不佳或輸了比賽而對孩子大吼大叫。
- 批評、詛咒和/或嘲笑孩子的表現或體格。
- 讓孩子難堪(取負面的綽號)或以威脅、恐嚇的方式，讓孩子感到害怕。

在運動中如何發生性虐待

對兒童的性虐待包括對兒童施加的任何性行為或性威脅、恐嚇或脅迫。包括：

- 在訓練期間不適當的觸摸/愛撫。
- 讓孩子接觸色情材料或拍攝不雅照片。
- 傳色情簡訊給孩子，或濫用相關技術(照片、影片)進行威脅。
- 給孩子看私處或要求看他/她的私處。
- 對孩子使用不恰當的性語言。

在運動中如何發生忽視

忽視是最常見的虐待兒童類型。它通常與其他類型的虐待同時發生。在比賽場上的忽視包括未能為一個或多個兒童提供基本的身體和情感必需品、傷害他們或使他們面臨受到傷害的風險等行為。

- 沒有確保兒童擁有遊戲所需的適當裝備和器材。
- 為了贏得勝利而讓受傷的球員上場比賽。
- 在訓練或比賽開始前沒有檢查場地之安全，或在不適合的天氣條件下踢球。

如何知道孩子是否受到虐待

有幾種跡象可能表明兒童遭受到虐待。重要的是記住，即使孩子可能會表現出部分或全部這些跡象，但這並不一定意味著孩子受到了虐待。作為教練，如果您發現孩子出現令人擔憂的跡象，確定這是否為虐待不是您的責任，而是您有責任根據您的擔憂採取行動。一些虐待的跡象包含：

- 身體有無法解釋的瘀傷或受傷。或無視氣候變化，終年穿著長袖衣褲。
- 行為或情緒突然產生變化。
- 對某些人例如教練或防護員的反應異常或恐懼。

- 似乎很孤立或不和團隊中的其他人互動。
- 長時間觀察到孩子的變化(例如體重減輕、變得越來越髒)。

5. 確保運動中的兒童受到保護

作為教練，您應該使用一系列良好做法來確保兒童有一個安全的環境來進行運動。您有責任確保運動充滿樂趣，並且您必須始終促進公平競賽。

兒童的最大利益至上

將每個孩子的福利放在“獲勝”之前，此至關重要。您的責任還包括以尊重和公平的方式平等對待所有兒童。在相互信任的基礎上建立健康的關係。

提供熱情和建設性的回饋

你還必須開始給予熱情和建設性的回饋，而不是消極的批評。許多教練認為需透過負面、嚴厲批評的方式教育孩子，否則不會給孩子們留下深刻正確的技術印象——這是錯誤的！

適當安排活動，避免過度訓練和競爭

計劃可以幫助您確保為球場上可能發生的任何緊急情況做好準備。防止孩子過度運動而造成的傷害，避免強迫孩子違背他們的意願，給他們施加不適當的壓力。這包括認識到兒童的獨特需求和能力，避免過度或超出其年齡和能力範圍內的訓練與惡性競爭。

認識到孩子的發展速度不同

您必須認識到您照顧的兒童的發育需求和能力。並非所有的孩子都具有相同的能力，也不是以相同的速度學習。您的責任是理解和尊重這些差異，而不是批評。

考慮環境條件

作為教練，您還必須考慮兒童在進行運動的環境條件。您的職責包括必須在活動前勘查場地狀況，這包括檢查現場環境，清除可能對兒童安全構成威脅以及任何其他可能妨礙您履行教練職責的因素。確認天候狀況，避免在炎熱或潮濕的條件下進行劇烈活動，監測參與者是否有中暑的跡象。鼓勵孩子穿適合運動的服裝、塗上防曬霜、戴上帽子，幫助他們避免曬傷，並提醒參與者在活動前補充水份，並在活動期間安排定期補充水份與休息時間(至少每 30 分鐘一次)。

收集參與者的基本健康信息，確保活動有適當的監督

在活動前了解您所指導的孩子是否有受傷的狀況，若不清楚孩子的健康狀況，這可能會使孩子在比賽或訓練期間加重傷勢。因此需保留受傷時的書面記錄，以及提供的任何治療的詳細資訊，並看管受傷的球員。在活動時觀察孩子的身體狀況

是保證他們安全的重要一步。年輕的孩子可能無法理解在遊戲時不休息或過度勞累的危險。

此外，確保將所有參與者父母的聯繫信息保存在您的手機中。活動至少應有兩個成年人在場，如果確實發生了某些事情，例如需要將一個孩子送往醫院，則另一個成年人可以繼續監督其餘孩子。

如果您與兒童一起外出集訓或比賽需過夜時，請確保如果有混合性別的團隊，他們總是有同性別的孩子陪伴。在住宿期間，您不應進入孩子的房間或邀請他們進入您的房間—除非是在緊急情況下。

不要讓自己處於容易受到指控的境地

作為一名教練，您可以做的最重要的事情之一就是盡可能在開放的環境中工作，以確保您免受虐待兒童的懷疑或指控的情況。例如避免獨自帶孩子參加活動；單獨或在無人注意的情況下與孩子獨處；與孩子一起參與身體或性挑逗遊戲；與孩子共用一個房間；參與任何對兒童的不當接觸；使孩子難堪或害怕；允許孩子詛咒或使用辱罵性語言或對兒童進行性暗示評論，即使是“開玩笑”。而也需避免在父母或監護人不知情或不在場的情況下聯繫孩子，這包括不適當的電話、簡信、網路聯繫(Facebook、Line、Twitter 等)或在訓練外與孩子見面。只要有可能，您必須讓父母或監護人了解和參與您的訓練計劃和執行方式。

當孩子要求您做某事時，請確保這是他們自己無法完成的事情。年紀大一點的孩子，可能會試圖以不恰當的方式討好自己的教練。而提供醫療或私密的身體護理或治療，則兒童應有權選擇其他兒童或成人在場。

設定界限

教練必須在足球場上與練習期間和兒童之間設定不得跨越的界限。很多時候，孩子會模仿成人的行為，尤其是他們敬仰的行為。因此，您必須成為他們的榜樣，包括在陪伴孩子時不抽煙喝酒。教練應遵從的行為準則：

- 將兒童的最大利益而行動，把每個孩子的福利放在“獲勝”之前。
- 了解兒童不同階段的發展需求和能力。
- 給予熱情和建設性的回饋，而不是消極的批評。
- 避免強迫孩子違背他們的意願並施加不適當的壓力。
- 務必考慮場地的環境條件，包括天氣條件。
- 避免單獨或無人注意的情況下與孩子在一起。
- 務必在教練和孩子之間設定不得跨越的界限。
- 確保在旅行時永遠不要進入孩子的房間或邀請他們進入您的房間。
- 確定您所指導的孩子是否有任何可能影響他們從事活動的醫療狀況。
- 不容忍任何霸凌行為。

6. 霸凌

霸凌是指個人或集體蓄意使用攻擊性行為，意圖直接或間接在身體或情感上傷害他人，且持續重複出現在固定對象的一種欺凌現象。研究顯示，早年被欺負的孩子在進入青春期時傷害自己的可能性是同齡者的三倍。在自殘的12歲兒童中，有一半經常受到霸凌。且兒童時期的霸凌行為與成年期的犯罪行為息息相關。

霸凌和體育運動

霸凌現象並非孩童成長的必經過程，它對霸凌者、受凌兒童與旁觀的孩子都造成了極大的傷害與負面影響。在充滿暴力的環境下成長的孩子，長大之後也學會使用攻擊的方式解決問題。

然而，體育運動中一些毆打或不當管教被視為理所當然。此類現象不僅來自教練、隊醫等成人，也來自被賦予權力的同僚——也就是學長制。作為教練，您必須認真對待霸凌行為。確保兒童和家長在報告霸凌行為時會得到支持，並且不會容忍霸凌行為。

霸凌的類型

- 肢體霸凌：對他人身體打、推、踢、擊、掐或使用任何暴力。
- 言語霸凌：辱罵、諷刺、嘲笑、戲弄、恐嚇威脅等。
- 情緒霸凌：不友好、排斥、折磨(例如藏受凌者的物品)。
- 關係的霸凌：包括排擠弱勢同儕、散播不實謠言中傷某人等。
- 性霸凌：對身體外表、性別氣質、性取向、性特徵取笑或評論、性別歧視的行為且非屬性騷擾者及性侵害者。
- 反擊型霸凌：這是受凌兒童長期遭受欺壓之後的反擊行為。通常面對霸凌時他們生理上會自然的予以回擊；有部分受凌兒童會去欺負比他更弱勢的人。
- 網絡霸凌：未經別人同意，透過電子郵件、社交媒體、聊天室擅自張貼別人的照片、視頻，或公佈別人的秘密、散佈謠言等。由於匿名性、隱蔽性、傳播快速、無法取消等，讓網路霸凌容易達成，且傷害更大。

識別霸凌

孩子可能會通過自己的行為表達他們受到霸凌的事實。在足球活動中，教練和其他成年人應該注意霸凌的跡象並關心孩子是否：

- 身體出現不明的傷口或瘀青。
- 改變行為或習慣。看起來沮喪、焦慮，卻拒絕說發生什麼事。
- 不願意參加活動。變得孤僻焦慮或缺乏信心。
- 來練習時個人衣服、器材莫名的損壞或經常丟失財物。

發生霸凌時應遵循的程序

您應始終向組織中的相關人員報告霸凌事件。家長應該被告知並被要求參加會議討論此問題。這包括被欺負的孩子的父母，以及霸凌者(如果合適)。您必須調查霸凌行為或威脅，並迅速制止，努力幫助霸凌者改變行為。

7. 如何幫助想要向您披露虐待行為的孩子？

恐懼和擔心通常是孩子不說出來的主要原因。您可以通過傾聽幫助孩子進行披露。重要的是要創造一種環境，讓兒童和年輕人能夠放心地說出讓他們擔心的事物，以便獲得他們所需要的幫助、支持和保護。

傾聽孩子的聲音

作為孩子的教練，孩子會尊敬你。如果孩子決定與您談論虐待問題，在第一時間您需做出支持性的回應，並以幫助孩子感到被聆聽的方式進行互動和交流。您還需要了解你對年輕足球運動員的照顧責任。這將保護您指導的孩子，並減少發生誤解和不當指控的可能性。作為教練，您最重要的角色之一就是傾聽與您一起工作孩子們的意見。當孩子聲稱他們在身體、情感、性方面受到虐待或他們被忽視時，這是最真實的。

傾聽時“應該做”

- 確保孩子沒事，並讓孩子感到安心。
- 認真傾聽孩子所說，以及了解原由。
- 相信孩子所說的話，強調無論發生什麼事，都不是孩子的錯。
- 仔細記錄談話內容，盡你所能提供幫助和安慰。

傾聽時“不應該做”

- 不調查或尋求證明或反駁可能的虐待行為。
- 不要對孩子作出保密、無法兌現的承諾。
- 不要急於下結論、不屑一顧或做出震驚、憤怒、恐懼等反應。
- 不要猜測或指責任何人。
- 不調查或探查信息。
- 不與涉嫌參與的其他人(成人或兒童)對質。
- 不要對所說的內容或涉及的人發表意見。

8. 報告虐待行為

作為教練，您只要有所疑慮，有責任採取行動。重要的是以準確、詳細地記錄您對孩子的任何擔憂。

如果孩子正在遭受痛苦或有遭受重大傷害的危險，無需孩子或父母的同意，您可以與適當的機構或專業人員共享信息。如果孩子有立即危險，請撥打 110 報警。

如果孩子沒有，請盡快遵循組織的通報程序或撥打 113 保護專線獲取相關協助。

我們應體現運動的價值，營造公平、尊重的運動環境。竭力確保兒童在安全的環境下從事體育活動，並確保無論以任何形式參與運動，對所有人都是一種積極的經歷。

9. 體育署兒童安全相關資料

體育署兒童權利公約 <https://crc.sfaa.gov.tw/Education/>