



# YHDESSÄ

# #KIUSAAMISTAVASTAAN

## KAMPPAILIJALLE:

Kamppailija on kaikkien kaveri ja puuttuu kiusaamistilanteisiin, jos sellaisia havaitsee. Kiusaaminen ei ole kivaa eikä sitä saa salata. Usein selvittelyn aloitus on aikuisen vastuulla, mutta kiusaamisen selvittely on kaikkien asia. Aikuinen ei voi tehdä mitään, ellei hän tiedä kiusaamisesta. Ryhmän vetäjälle tulee kertoa kaikki kiusaamistapaukset, ihan pienetkin, sillä silloin ne voi selvittää heti. Jokainen ryhmän jäsen on vastuussa ryhmän toimintailmapiiiristä omalla esimerkillään. Turvallisessa ryhmässä jokaisella on hyvä olla. Harjoituksiin on mukava lähteä oppimaan uusia asioita ja tapaamaan kavereita hyvässä kamppailuhengessä.

## KAMPPAILIJA EI KIUSAA – KAMPPAILIJA KANNUSTAA.

### Kamppailijana toimin näin:

- Tsemppaan muita yhteistyöhön ja kannustamaan muita. Yritän luoda siten yhteishenkeä kanssaharrastajiin.
- Kehitän ja kasvatan hyvää itsetuntoa – niin omaa kuin harjoituskaverinkin.
- Kehun harjoituskaveria.
- Teen yhdessä toisten kanssa.
- Haluan ymmärtää erilaisuutta ja oppia tuntemaan toisenlaisia toimintatapoja.
- Osallistun oman ryhmän pelisääntökeskusteluihin aktiivisesti.
- Muistan säännöt myös salin ulkopuolella.

### Kamppailijana puutun tilanteen vaatiessa:

- Toimin heti, jos huomaan kiusaamista.
- Olen rohkea ja sanon kiusaamisesta vanhemmalle, ohjaajalle tai kaverille.
- Uskallan mennä väliin enkä itse osallistu kiusaamiseen.
- Kerron reilusti mitä näin tai miten koin tilanteen.
- Uskallan kysyä ”Mitä kuuluu ja onko sulla kaikki hyvin?”
- Haluan toimia sovinnon aikaansaamiseksi.

### Kamppailijana kuuntelen ja välitän:

- Toimin itse harjoittelurauhan edistämiseksi.
- Annan tukea sitä tarvitsevalle.
- Seuraan ryhmän toimintaa ja kiitän kavereita hyvästä harjoitteluilmapiiiristä.
- Haluan osallistua vertaissovitteluun.