



## Modulo 5: Sviluppo di strategie di coaching e istruzione che incoraggino la partecipazione delle vittime di tratta (VoT)



Co-funded by  
the European Union

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



## Panoramica del modulo

- Durata: circa **3-4 ore** (adattabile alle esigenze formative)
- Gruppo target: **allenatori sportivi, formatori, assistenti sociali** e professionisti che lavorano con **le vittime della tratta**
- Modalità di erogazione: **in presenza o mista**
- Metodologia: **allineamento costruttivo** : risultati di apprendimento, metodi e valutazioni sono completamente integrati
- Obiettivo: comprendere come **sviluppare strategie di coaching e istruzione che incoraggino la partecipazione delle vittime di tratta (VoT).**



## Obiettivo di apprendimento

Al termine di questo modulo, i partecipanti saranno in grado di:

1. **Riconoscere** i segnali di stress o di sopraffazione.
2. **Utilizzare** istruzioni chiare e prevedibili.
3. **Sviluppa** le competenze passo dopo passo.
4. **Sostenere** l'autonomia senza pressioni.
5. **Rispondere** in modo sicuro alle reazioni traumatiche.
6. **Fornire** feedback orientati ai progressi.
7. **Adattare** le attività di gruppo ai gruppi misti.
8. **Utilizzare** un radicamento e un ritmo semplici.
9. **Rispettare** le norme culturali e le esigenze comunicative.



## Cosa rende unico il trauma legato alla tratta?

Le esperienze di tratta spesso includono:

- controllo e minaccia a lungo termine
- ambienti imprevedibili
- pressione per obbedire senza scelta
- movimento e autonomia limitati

Questi possono influenzare notevolmente la partecipazione alle sessioni di formazione.



## Come le esperienze di tratta influenzano l'apprendimento e la partecipazione

L'istruzione deve supportare:

- Sicurezza: sentirsi protetti e non giudicati
- Fiducia: sapere cosa accadrà dopo
- Agenzia: avere delle vere scelte
- Autoregolamentazione: rimanere presenti, gestire lo stress

Quando questi elementi vengono sostenuti, la partecipazione aumenta.





## Parte 1 – Fondamenti didattici per le vittime di tratta



Co-funded by  
the European Union

Finanziato dall'Unione Europea. I punti di vista e le opinioni espressi sono tuttavia esclusivamente quelli dell'autore/degli autori e non riflettono necessariamente quelli dell'Unione Europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione Europea né l'EACEA possono essere ritenute responsabili per essi.



## Segni di possibili risposte al trauma nei VoT

Reazioni comuni legate allo sfruttamento:

- Congelamento o immobilità improvvisa,
- Una decisione di annullamento,
- Scansionando l'ambiente,
- S tacere o ritirarsi,
- C onfusione durante compiti complessi.

Si tratta di risposte automatiche allo stress, non di comportamenti scorretti.



## Utilizzo di una struttura prevedibile e contenibile

La prevedibilità riduce la minaccia. Utilizzo:

- panoramica della sessione all'inizio,
- routine di riscaldamento e chiusura stabile,
- transizioni chiare (“Tra un minuto cambieremo...”),
- tono emotivo stabile da parte dell'allenatore.

Ciò aiuta i partecipanti a sentirsi sufficientemente sicuri da partecipare.



## Perché i cambiamenti improvvisi possono scatenare

Le situazioni di **ansia** tratta spesso comportano:

- Cambi rapidi,
- inaspettate ,
- P ensibilita per gli errori,
- Cambiamenti imprevisi nell'allenamento possono ricreare questa tensione.

Semplici avvertimenti riducono lo stress e aumentano il coinvolgimento.



## Apprendimento passo dopo passo per i sopravvissuti allo sfruttamento

Sostieni la partecipazione offrendo:

- Livello di partenza molto facile
- opzionali ,
- a bassa intensità,
- Brevi momenti di check-in ("Come ti senti?").

Ciò protegge i partecipanti dal sovraccarico e dalla vergogna.



## L'osservazione come valido inizio

Molte vittime di tratta hanno bisogno di tempo per sentirsi al sicuro prima di agire.

Permettere:

- Iniziando osservando,
- Partecipazione parziale
- facoltativi .

In questo modo la persona rimane inclusa senza forzarne la visibilità





## Parte 2 – Agenzia e dinamiche di potere



Co-funded by  
the European Union

Finanziato dall'Unione Europea. I punti di vista e le opinioni espressi sono tuttavia esclusivamente quelli dell'autore/degli autori e non riflettono necessariamente quelli dell'Unione Europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione Europea né l'EACEA possono essere ritenute responsabili per essi.



## Linguaggio didattico che supporta l'autonomia

Invece di: "Tutti devono farlo ora".

Utilizzo: "Puoi scegliere la versione più lenta o più veloce."

Evitare la pressione.

Sostieni la vera scelta.

La scelta ricostruisce l'autonomia, qualcosa che spesso viene sottratta durante la tratta.





## Parte 3 – Rispondere allo stress



Co-funded by  
the European Union

Finanziato dall'Unione Europea. I punti di vista e le opinioni espressi sono tuttavia esclusivamente quelli dell'autore/degli autori e non riflettono necessariamente quelli dell'Unione Europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione Europea né l'EACEA possono essere ritenute responsabili per essi.



## Capire il “congelamento” nei VoT

- Non rifiuto
- Risposta di sopravvivenza, innescata da stress o pressione

Se qualcuno diventa immobile, silenzioso o confuso:

- offrire un'opzione più lenta o più semplice,
- normalizzare le pause brevi ("Le pause fanno parte dell'allenamento")
- evitare di chiedere spiegazioni,
- utilizzare segnali chiari e semplici.



## Perché la competizione può essere stressante per

- i detenuti**
- Paura di fallire,
  - Ricordi di punizione,
  - Il confronto sociale come minaccia.

### Progettazione di gruppo cooperativo

- S compiti condivisi,
- squadra ,
- bassa pressione,
- Piccoli gruppi a rotazione

In questo modo i partecipanti rimangono connessi senza correre rischi sociali.



## Feedback non comparativo basato sui punti di forza

Il feedback dovrebbe:

- indicare progressi specifici ("Il tuo ritmo è stato più costante oggi"),
- evitare il confronto con gli altri,
- evitare di mescolare lodi e critiche,
- rafforzare lo sforzo, la presenza e la regolamentazione.

Ciò rafforza la fiducia in se stessi e riduce la vergogna.



## Potenziamento attraverso un coaching trasparente

L'empowerment aumenta quando i partecipanti vedono che:

- le scelte sono reali
- le decisioni sono spiegate
- la loro voce conta
- l'ambiente è coerente

Ciò favorisce il recupero da esperienze di coercizione e controllo.



## Molteplici percorsi di partecipazione

La partecipazione non sempre implica un'attività fisica completa.

Offri ruoli quali:

- Cronometrista ,
- Organizzatore ,
- Aiuto per le attrezzature.

In questo modo si mantiene il senso di appartenenza senza forzare l'impegno fisico.



## Coaching di gruppi misti

In molti gruppi solo alcuni partecipanti sono VoT.

Utilizzare regole di gruppo che aiutino tutti:

- Nessun commento sul ritmo degli altri,
- Una domanda prima di dare un feedback,
- Opzioni per diverse intensità.

In questo modo si evita di identificare o individuare le vittime di tratta.





## Parte 4 – Incarnazione e regolamentazione



Co-funded by  
the European Union

Finanziato dall'Unione Europea. I punti di vista e le opinioni espressi sono tuttavia esclusivamente quelli dell'autore/degli autori e non riflettono necessariamente quelli dell'Unione Europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione Europea né l'EACEA possono essere ritenute responsabili per essi.



## Come la tratta influenza la consapevolezza del corpo

- Disconnessione,
- Dissociazione,
- Segnali corporei confusi.



## Supporto all'incarnazione e alla regolamentazione

Semplici segnali fisici aiutano i partecipanti a riconnettersi in modo sicuro:

- "Nota i tuoi piedi sul pavimento."
- "Muoviti a un ritmo che ti faccia sentire a tuo agio."
- Movimenti lenti e ripetitivi

Aiutano a calmare il sistema nervoso senza esercitare pressione emotiva





## Parte 5 – Bisogni culturali e contestuali



Co-funded by  
the European Union

Finanziato dall'Unione Europea. I punti di vista e le opinioni espressi sono tuttavia esclusivamente quelli dell'autore/degli autori e non riflettono necessariamente quelli dell'Unione Europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione Europea né l'EACEA possono essere ritenute responsabili per essi.



## Reattività culturale e contestuale

Siate sensibili a:

- personale ,
- genere ,
- Tocca i confini,
- linguistiche .

Utilizzare istruzioni visive e offrire opzioni di distanza.

Rispettare il comfort culturale riduce lo stress e favorisce la partecipazione .



## Riepilogo: Cosa aiuta le vittime di tratta a partecipare

- prevedibile ,
- Transizioni chiare e semplici
- passo dopo passo,
- Un linguaggio che supporta l'autonomia,
- sicure per sopraffare,
- Feedback orientato al progresso
- cooperativo ,
- Segnali di arrotondamento,
- culturale .



## Valutazione

**dell'apprendimento** I partecipanti possono completare un breve quiz per verificare la loro comprensione del contenuto del modulo.

Il formatore è disponibile a rispondere alle domande e a spiegare il ragionamento alla base delle risposte corrette.



## Quiz di valutazione

### 1) Fondamenti didattici basati sul trauma per il coaching

Domanda: Quale comportamento dimostra un problema di capacità di azione piuttosto che di competenza?

- A. Evitare il contatto visivo
- B. Dimenticare istruzioni in più fasi
- C. Lasciare che gli altri prendano decisioni per loro
- D. Cercare troppo di ottenere l'approvazione



## Quiz di valutazione

### 1) Fondamenti didattici basati sul trauma per il coaching

Domanda: Quale comportamento dimostra un problema di capacità di azione piuttosto che di competenza?

- A. Evitare il contatto visivo
- B. Dimenticare istruzioni in più fasi
- C. Lasciare che gli altri prendano decisioni per loro**
- D. Cercare troppo di ottenere l'approvazione



## Quiz di valutazione

Perché C è corretto: riflette una ridotta autonomia e difficoltà nel fare scelte personali.

Perché A è sbagliato: evitare il contatto visivo riflette disagio sociale, non perdita di capacità di azione.

Perché B è sbagliato: dimenticare i passi è correlato al sovraccarico cognitivo, non all'autonomia.

Perché D è sbagliato: la ricerca di approvazione è legata a schemi di vergogna, non a perdita di capacità di azione.



## Quiz di valutazione

### 2) Struttura di sessione prevedibile (scenario)

Durante un'attività, l'allenatore cambia improvvisamente esercizio senza preavviso. Un partecipante smette immediatamente di muoversi e si guarda rapidamente intorno.

Cosa potrebbe prevenire al meglio questa reazione la prossima volta?

- A. Dare un breve avvertimento (1-2 minuti) prima di passare a un nuovo esercizio
- B. Usare istruzioni più forti durante i cambiamenti
- C. Lasciare che il gruppo cambi esercizio quando vuole
- D. Aggiungere attività a sorpresa per mantenere la sessione emozionante



## Quiz di valutazione

### 2) Struttura di sessione prevedibile (scenario)

Durante un'attività, l'allenatore cambia improvvisamente esercizio senza preavviso. Un partecipante smette immediatamente di muoversi e si guarda rapidamente intorno.

Cosa potrebbe prevenire al meglio questa reazione la prossima volta?

- A. Dare un breve avvertimento (1-2 minuti) prima di passare a un nuovo esercizio
- B. Usare istruzioni più forti durante i cambiamenti
- C. Lasciare che il gruppo cambi esercizio quando vuole
- D. Aggiungere attività a sorpresa per mantenere la sessione emozionante



## Quiz di valutazione

Perché A è corretto: un avviso rende il cambiamento prevedibile e riduce lo stress.

Perché B è errato: il volume non riduce l'imprevedibilità.

Perché C è errato: il passaggio casuale aumenta l'incertezza.

Perché D è errato: i compiti a sorpresa aumentano l'imprevedibilità.



## Quiz di valutazione

### 3) Sviluppo delle competenze passo dopo passo

Quale approccio previene meglio lo stress durante l'apprendimento di nuove competenze?

- A. Offrire prima un livello di ingresso più semplice dell'abilità
- B. Iniziare con il movimento completo in modo che gli atleti abbiano una visione d'insieme
- C. Consentire agli atleti più veloci di dimostrare la versione avanzata
- D. Fornire lunghe spiegazioni verbali prima di iniziare



## Quiz di valutazione

### 3) Sviluppo delle competenze passo dopo passo

Quale approccio previene meglio lo stress durante l'apprendimento di nuove competenze?

- A. Offrire prima un livello di ingresso più semplice dell'abilità
- B. Iniziare con il movimento completo in modo che gli atleti abbiano una visione d'insieme
- C. Consentire agli atleti più veloci di dimostrare la versione avanzata
- D. Fornire lunghe spiegazioni verbali prima di iniziare



## Quiz di valutazione

Perché A è corretto: un punto di partenza semplice riduce il carico cognitivo.  
Perché B è errato: movimenti completi possono sopraffare la regolazione.  
Perché C è errato: dimostrazioni avanzate aggiungono pressione sociale.  
Perché D è errato: spiegazioni lunghe aumentano la richiesta cognitiva.



## Quiz di valutazione

### 4) Agenzia di supporto

Un partecipante rimane immobile e continua a spostare il peso da un piede all'altro, incerto su quale versione provare.

Quale istruzione supporta meglio il loro senso di scelta?

- A. "Puoi scegliere la versione più lenta o quella più veloce. Entrambe vanno bene."
- B. "Scegli ora; il gruppo sta aspettando."
- C. "Oggi tutti devono fare la stessa versione."
- D. "Scegli la versione più difficile; puoi farcela."



## Quiz di valutazione

### 4) Agenzia di supporto

Un partecipante rimane immobile e continua a spostare il peso da un piede all'altro, incerto su quale versione provare.

Quale istruzione supporta meglio il loro senso di scelta?

- A. "Puoi scegliere la versione più lenta o quella più veloce. Entrambe vanno bene."
- B. "Scegli ora; il gruppo sta aspettando."
- C. "Oggi tutti devono fare la stessa versione."
- D. "Scegli la versione più difficile; puoi farcela."



## Quiz di valutazione

Perché A è corretto: offre una scelta chiara e senza pressioni.

Perché B è errato: aggiunge pressione temporale.

Perché C è errato: elimina completamente la possibilità di scelta.

Perché D è errato: privilegia le prestazioni rispetto al comfort.



## Quiz di valutazione

### 5) Gestire le risposte al trauma

Durante una sequenza di movimento, un partecipante diventa improvvisamente completamente immobile e non risponde ai tuoi segnali.

Qual è l'interpretazione basata sul trauma?

- A. Il loro sistema era sovraccarico e hanno inserito una risposta di congelamento
- B. Hanno bisogno di ulteriori spiegazioni tecniche
- C. Si rifiutano di partecipare
- D. Sono stanchi dell'esercizio



## Quiz di valutazione

### 5) Gestire le risposte al trauma

Durante una sequenza di movimento, un partecipante diventa improvvisamente completamente immobile e non risponde ai tuoi segnali.

Qual è l'interpretazione basata sul trauma?

- A. Il loro sistema era sovraccarico e hanno inserito una risposta di congelamento
- B. Hanno bisogno di ulteriori spiegazioni tecniche
- C. Si rifiutano di partecipare
- D. Sono stanchi dell'esercizio



## Quiz di valutazione

Perché A è corretta: il congelamento è una reazione di sopravvivenza automatica.

Perché B è errata: ulteriori informazioni non risolvono il congelamento.

Perché C è errata: il congelamento non è un rifiuto volontario.

Perché D è errata: la stanchezza non causa improvvisa immobilità e mancanza di reattività.



## Quiz di valutazione

### 6) Feedback basato sui punti di forza

Un partecipante che prima era esitante ora completa la sequenza con un ritmo più costante e meno pause.

Quale feedback si adatta meglio a un approccio basato sui punti di forza e sui traumi?

- A. "Stavolta hai mantenuto un ritmo più costante. Questo dimostra buoni progressi rispetto a prima."
- B. "Ottimo, ora stai iniziando a comportarti più come gli altri."
- C. "Ottimo lavoro, prova a spingerti un po' di più nel prossimo round."
- D. "Il tuo ritmo è buono, ma c'è ancora molto da migliorare."



## Quiz di valutazione

### 6) Feedback basato sui punti di forza

Un partecipante che prima era esitante ora completa la sequenza con un ritmo più costante e meno pause.

Quale feedback si adatta meglio a un approccio basato sui punti di forza e sui traumi?

- A. "Stavolta hai mantenuto un ritmo più costante. Questo dimostra buoni progressi rispetto a prima."
- B. "Ottimo, ora stai iniziando a comportarti più come gli altri."
- C. "Ottimo lavoro, prova a spingerti un po' di più nel prossimo round."
- D. "Il tuo ritmo è buono, ma c'è ancora molto da migliorare."



## Quiz di valutazione

Perché A è corretto: evidenzia specifici progressi personali senza paragoni.

Perché B è errato: confronta il partecipante con gli altri.

Perché C è errato: aggiunge pressione e sposta l'attenzione sulla prestazione.

Perché D è errato: mescola elogi e valutazioni e riduce la fiducia in se stessi.



## Quiz di valutazione

### 7) Potenziamiento

Cosa riflette al meglio l'empowerment nel coaching dei VoT?

- A. Spiegare lo scopo di un'attività e porre domande
- B. Dare tutte le decisioni agli atleti
- C. Evitare la struttura per ridurre la pressione
- D. Lodare ad alta voce gli atleti per motivarli



## Quiz di valutazione

### 7) Potenziamiento

Cosa riflette al meglio l'empowerment nel coaching dei VoT?

- A. Spiegare lo scopo di un'attività e porre domande
- B. Dare tutte le decisioni agli atleti
- C. Evitare la struttura per ridurre la pressione
- D. Lodare ad alta voce gli atleti per motivarli



## Quiz di valutazione

Perché A è corretto: Trasparenza e collaborazione supportano l'empowerment.

Perché B è errato: Troppa libertà crea incertezza.

Perché C è errato: La mancanza di struttura riduce la sicurezza.

Perché D è errato: Gli elogi a gran voce aumentano la pressione sociale.



## Quiz di valutazione

### 8) Progettazione di gruppi cooperativi

Un partecipante al VoT normalmente impegnato si ritira durante un'esercitazione competitiva.

Qual è il miglior restyling?

- A. Trasformare l'esercizio in un compito di squadra condiviso con un obiettivo comune
- B. Mantenere l'esercizio ma rimuovere il premio
- C. Incoraggiare il gruppo a fare il tifo più forte
- D. Chiedere a tutti di competere in coppia



## Quiz di valutazione

### 8) Progettazione di gruppi cooperativi

Un partecipante al VoT normalmente impegnato si ritira durante un'esercitazione competitiva.

Qual è il miglior restyling?

- A. Trasformare l'esercizio in un compito di squadra condiviso con un obiettivo comune
- B. Mantenere l'esercizio ma rimuovere il premio
- C. Incoraggiare il gruppo a fare il tifo più forte
- D. Chiedere a tutti di competere in coppia





Co-funded by  
the European Union

## Quiz di valutazione

Perché A è corretto: gli obiettivi condivisi riducono la minaccia e la pressione sociale.

Perché B è errato: l'eliminazione del premio non elimina la competizione.

Perché C è errato: il tifo aumenta l'attenzione e lo stress.

Perché D è errato: la competizione a coppie crea comunque confronto.



## Quiz di valutazione

### 9) Molteplici percorsi di partecipazione

Un partecipante si allontana dall'attività e si siede sulla panca con la testa abbassata.

Come può l'allenatore coinvolgerli senza metterli sotto pressione?

- A. Offri loro un ruolo leggero come tenere il tempo o contare le ripetizioni
- B. Chiedi loro di spiegare perché sono usciti
- C. Chiedi loro di tornare immediatamente
- D. Dai loro un esercizio più difficile per motivarli



## Quiz di valutazione

### 9) Molteplici percorsi di partecipazione

Un partecipante si allontana dall'attività e si siede sulla panca con la testa abbassata.

Come può l'allenatore coinvolgerli senza metterli sotto pressione?

- A. Offri loro un ruolo leggero come tenere il tempo o contare le ripetizioni
- B. Chiedi loro di spiegare perché sono usciti
- C. Chiedi loro di tornare immediatamente
- D. Dai loro un esercizio più difficile per motivarli



## Quiz di valutazione

Perché A è corretto: un ruolo limitato mantiene i partecipanti connessi senza forzare l'azione.

Perché B è sbagliato: chiedere spiegazioni può creare vergogna.

Perché C è sbagliato: il ritorno immediato riduce l'autonomia.

Perché D è sbagliato: una maggiore difficoltà aumenta la pressione.



## Quiz di valutazione

### 10) Gruppi misti

Quale regola di gruppo protegge meglio i partecipanti con traumi senza identificarli?

- A. "Dai feedback a qualcuno solo se te lo chiede."
- B. "Incoraggia ad alta voce i compagni più lenti."
- C. "Dai consigli ogni volta che pensi che possano essere utili."
- D. "Cerca di essere all'altezza della persona più veloce oggi."



## Quiz di valutazione

### 10) Gruppi misti

Quale regola di gruppo protegge meglio i partecipanti con traumi senza identificarli?

- A. "Dai feedback a qualcuno solo se te lo chiede."
- B. "Incoraggia ad alta voce i compagni più lenti."
- C. "Dai consigli ogni volta che pensi che possano essere utili."
- D. "Cerca di essere all'altezza della persona più veloce oggi."



## Quiz di valutazione

Perché A è corretto: riduce l'attenzione indesiderata e i segnali sociali poco chiari.

Perché B è sbagliato: un forte incoraggiamento aumenta la pressione.

Perché C è sbagliato: i consigli non richiesti creano stress.

Perché D è sbagliato: la velocità di abbinamento aumenta il confronto e la minaccia.



## Quiz di valutazione

### 11) Reattività incarnata

Durante un'attività di movimento lento, un partecipante inizia a fissare il pavimento e a muoversi molto più lentamente di prima.

Quale suggerimento di coaching supporta meglio la consapevolezza del corpo senza pressione?

- A. "Senti i tuoi piedi per terra mentre ti muovi."
- B. "Dimmi quali emozioni stai emergendo in questo momento."
- C. "Cerca di accelerare in modo da rimanere con il gruppo."
- D. "Continua l'attività senza controllare."



## Quiz di valutazione

### 11) Reattività incarnata

Durante un'attività di movimento lento, un partecipante inizia a fissare il pavimento e a muoversi molto più lentamente di prima.

Quale suggerimento di coaching supporta meglio la consapevolezza del corpo senza pressione?

- A. "Senti i tuoi piedi per terra mentre ti muovi."
- B. "Dimmi quali emozioni stai emergendo in questo momento."
- C. "Cerca di accelerare in modo da rimanere con il gruppo."
- D. "Continua l'attività senza controllare."



## Quiz di valutazione

Perché A è corretto: è un semplice segnale di radicamento che supporta la regolazione.

Perché B è errato: le domande emotive aggiungono pressione.

Perché C è errato: accelerare aumenta lo stress.

Perché D è errato: non fare il check-in non fornisce alcun supporto alla regolazione.



## Quiz di valutazione

### 12) Reattività contestuale

Durante un'attività in coppia, l'allenatore chiede ai partecipanti di lavorare in coppia. Un partecipante fa un rapido passo indietro e incrocia le braccia quando gli viene assegnato un partner di sesso diverso.

Qual è l'azione più culturalmente reattiva che un allenatore può intraprendere?

- A. Offrire un'alternativa che non richieda un contatto ravvicinato o un abbinamento
- B. Spiegare che l'abbinamento misto è normale in questo contesto
- C. Incoraggiarli a continuare in modo che "si abituino"
- D. Chiedere al partner di avvicinarsi per aiutarli a sentirsi inclusi



## Quiz di valutazione

### 12) Reattività contestuale

Durante un'attività in coppia, l'allenatore chiede ai partecipanti di lavorare in coppia. Un partecipante fa un rapido passo indietro e incrocia le braccia quando gli viene assegnato un partner di sesso diverso.

Qual è l'azione più culturalmente reattiva che un allenatore può intraprendere?

- A. **Offrire un'alternativa che non richieda un contatto ravvicinato o un abbinamento**
- B. Spiegare che l'abbinamento misto è normale in questo contesto
- C. Incoraggiarli a continuare in modo che "si abituino"
- D. Chiedere al partner di avvicinarsi per aiutarli a sentirsi inclusi



## Quiz di valutazione

Perché A è corretto: Rispetta i confini personali e culturali, offrendo al contempo un modo sicuro per rimanere coinvolti.

Perché B è errato: Spiegare le norme non elimina il disagio e può aumentare la pressione.

Perché C è errato: Superare il disagio ignora i confini culturali e legati al trauma.

Perché D è errato: Ridurre lo spazio personale aumenta la minaccia e il disagio.





***Congratulazioni per  
aver completato il  
Modulo 5!***



Co-funded by  
the European Union

Finanziato dall'Unione Europea. I punti di vista e le opinioni espressi sono tuttavia esclusivamente quelli dell'autore/degli autori e non riflettono necessariamente quelli dell'Unione Europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione Europea né l'EACEA possono essere ritenute responsabili per essi.

