



MANUAL PARA LA PREVENCIÓN DE LA INTIMIDACIÓN

**PARA ENTRENADORES DE
ATLETAS MENORES DE EDAD**



Octubre de 2023



ÍNDICE

- ▶ **Introducción** PÁGINA 2
- ▶ **Cómo reconocer el comportamiento de intimidación** PÁGINA 3
- ▶ **Prevenir el comportamiento de acoso escolar** PÁGINA 9
- ▶ **Responder al comportamiento de intimidación** PÁGINA 17
- ▶ **Folleto y actividades** PÁGINA 21
- ▶ **Recursos organizacionales** PÁGINA 22
- ▶ **Referencias** PÁGINA 23

Acerca de nosotros

El **U.S. Center for SafeSport**® es una organización independiente sin fines de lucro responsable de responder y prevenir la mala conducta y el abuso emocional, físico y sexual en el Movimiento Olímpico y Paralímpico de los EE. UU. El Centro también sirve como recurso educativo para organizaciones deportivas de todos los niveles, desde organizaciones deportivas recreativas hasta ligas profesionales.

Advertencia de contenido

Este recurso contiene información sobre abuso y mala conducta en el deporte, pero no incluye descripciones gráficas ni imágenes de violencia. El contenido puede resultar incómodo o desencadenar un trauma en algunos participantes.

Para hablar con alguien sobre el abuso que usted o alguien que conoce ha sufrido, comuníquese con la Línea de ayuda de SafeSport al 866-200-0796 o en safesporthelpline.org. Puede informar cualquier abuso o mala conducta dentro del Movimiento Olímpico y Paralímpico de los EE. UU. a uscenterforsafesport.org/report-a-concern.

Este recurso fue respaldado en parte por los números de subvención 2018-KY-B8-0001 y 15PSMA-21-GG-02193, otorgados por SMART Office, Oficina de Programas de Justicia, Departamento de Justicia de EE. UU. Las opiniones, hallazgos y conclusiones o recomendaciones expresadas en este producto pertenecen a los colaboradores y no representan necesariamente la posición oficial o las políticas del Departamento de Justicia de EE. UU.





INTRODUCCIÓN

En los EE. UU., millones de jóvenes participan en deportes cada año para divertirse con amigos, aprender habilidades y competir. La participación también los ayuda a sentirse incluidos y aumenta su autoestima. Esto es especialmente importante para los jóvenes que han sufrido trauma y abuso.¹ Lamentablemente, la intimidación a veces es parte de la experiencia deportiva.

En un estudio, alrededor del 20 % de los estudiantes de 12 a 18 años sufrieron intimidación en todo el país.²

Como entrenador, usted desempeña un papel importante en la creación de un entorno deportivo seguro e inclusivo para todos los atletas. Este manual le dará la base para abordar la intimidación en su deporte. Aprenderá lo siguiente:

RECONOCER

comportamientos de intimidación según se define en el [Código de SafeSport](#)

PREVENIR

para que no suceda en su deporte

RESPONDER

ante este comportamiento cuando ve que sucede entre sus atletas

Este Manual se centra en conductas prohibidas por el Código de SafeSport. Es más adecuado para entrenadores de atletas menores en el Movimiento Olímpico y Paralímpico de los EE. UU. Hemos escrito en mayúscula ciertos términos que tienen una definición específica en el Código.

Si no forma parte del Movimiento, conozca las políticas y los procedimientos de su organización relacionados con el acoso escolar, así como las leyes federales y estatales pertinentes.



RECONOCER EL **COMPORTAMIENTO DE INTIMIDACIÓN**

La mayoría de los jóvenes no le dicen a un adulto cuando ha sido acosado.² Usted debe ser capaz de reconocerlo sin depender de los atletas para que se lo digan. En esta sección, aprenderá cómo el Código de SafeSport define el comportamiento de intimidación, por qué sucede, cómo afecta a los atletas y qué atletas tienen un mayor riesgo.

Definiciones

Los **comportamientos de intimidación** son comportamientos agresivos repetidos o graves dirigidos a alguien menor de 18 años. Estos comportamientos tienen la intención o la probabilidad de lastimar, controlar o menospreciar a la persona a nivel emocional, físico o sexual. La intimidación puede ser:

FÍSICA	golpear, dar puñetazos, escupir o arrojar objetos a alguien
VERBAL	ridiculizar, burlarse, insultar, intimidar o amenazar con hacer daño a alguien
SOCIAL (incluida la intimidación cibernética)	difundir rumores o mentiras para dañar la reputación de alguien, excluirlo socialmente y pedirle a otros que hagan lo mismo, o usar tecnología para acosarlo, asustarlo, intimidarlo o humillarlo
SEXUAL	ridiculizar o burlarse de una naturaleza sexual o relacionada con la identidad de género, expresión de género, apariencias u orientación o comportamiento sexual de una persona
CONDUCTA DELICTIVA	toda conducta descrita como acoso según la ley federal o estatal.

Cuando se perpetra en adultos, estos comportamientos podrían calificar como otras violaciones del Código de SafeSport, como la novatada o el hostigamiento.



La intimidación no incluye lo siguiente:

- Comportamientos groseros o malintencionados que pueden ser perjudiciales (por accidente o intencionalmente) pero que no forman parte de un patrón continuo
- Un conflicto en el que las personas no están de acuerdo
- Técnicas y comportamientos de entrenamiento que son aceptados profesionalmente

La **intimidación cibernética** implica el uso de tecnología para intimidar a alguien menor de 18 años. Puede perpetrarse a través de mensajes de texto, correo electrónico y sitios de redes sociales.

Entre 2007 y 2021, alrededor del 30 % de los jóvenes informaron haber sido víctimas de intimidación cibernética.⁵

La intimidación cibernética puede ser más generalizada y más difícil de evitar que la intimidación fuera de línea porque Internet y las redes sociales están disponibles las 24 horas del día, los 7 días de la semana. A veces, la intimidación cibernética es anónima, por lo que es más difícil saber quién es responsable.

EJEMPLOS DE COMPORTAMIENTO DE INTIMIDACIÓN

<p>Jacob es atleta de un equipo de fútbol juvenil. Su capitán de equipo se burla de él y le grita continuamente. Llama a Jacob perezoso y le dice que “deje de comer donas”. Su capitán alienta al resto del equipo a que se ponga en contra de Jacob de la misma manera.</p>	<p>Ji-Young es la atleta más nueva de su equipo de natación juvenil. Sus compañeros de equipo se burlan habitualmente de ella en el vestuario y se niegan a relacionarse con ella en la práctica. También difundieron rumores vergonzosos sobre ella en línea para intentar arruinar su reputación en la escuela.</p>	<p>Terrence es el miembro más joven de su equipo de baloncesto juvenil. Sus compañeros de equipo con frecuencia le envían mensajes de texto violentos y amenazantes. Un día, lo arrinconaron en el vestuario y lo golpearon.</p>
---	---	--

EJEMPLOS DE INTIMIDACIÓN SEXUAL

<p>Katie es la atleta más pequeña de su equipo de lacrosse juvenil. Sus compañeras de equipo siempre se burlan del tamaño de sus pechos cuando se cambia en el vestuario. Cuando Katie les pide que se detengan, la rodean y la llaman “sostén de limones”.</p>	<p>El equipo de atletismo juvenil de Stefan tiene una lista semanal “sexi o no”. Los niños califican a cada una de las niñas del equipo y envían la lista en el chat del equipo con comentarios sobre sus cuerpos, muchos de los cuales son agresivos y degradantes.</p>
---	--



EJEMPLOS DE COMPORTAMIENTOS QUE PUEDEN NO SER INTIMIDACIÓN

<p>Comportamientos groseros o malintencionados que pueden ser perjudiciales (por accidente o intencionalmente) pero que no forman parte de un patrón continuo: <i>“Ni siquiera es tan bueno. ¿Cómo formó el equipo?”</i></p>	<p>Un conflicto en el que las personas no están de acuerdo: <i>“Podríamos haber anotado más puntos si no acapararas la pelota todo el tiempo”.</i></p>	<p>Técnicas y comportamientos de entrenamiento que se aceptan profesionalmente: <i>“Oye, ven conmigo un momento. Parece que estás teniendo un problema para lidiar con esa pelota rápida. Hablemos sobre lo que sucede”.</i></p>
---	---	---

Como entrenador, aún debe abordar cualquier comportamiento inapropiado, incluso cuando no cumpla con los criterios formales de comportamiento de intimidación del Código de SafeSport. Esto promueve un entorno de equipo positivo y puede ayudar a evitar que los comportamientos se conviertan en comportamientos de intimidación. Aprenderá cómo ayudar a los atletas a lidiar con el conflicto de manera saludable y los hará responsables del daño que causan en las secciones posteriores de este Manual.

Roles en la intimidación

Al pensar en la intimidación en su equipo, concéntrese en reconocer los comportamientos en lugar de etiquetar a las personas involucradas. Los roles que desempeñan los atletas pueden cambiar en cualquier situación. Un niño puede intimidar a otros y experimentar la intimidación. Cuando etiquetamos a un atleta como un “agresor”, es menos probable que creamos que puede cambiar su comportamiento y menos probable que notemos cuando otros lo lastiman.⁴

NO DIGA	DIGA	NO DIGA	DIGA
Agresor	Niño o atleta que intimidó	Víctima	Niño o atleta que fue intimidado

Los espectadores o testigos de la intimidación también desempeñan un papel importante. Algunos se unen a la intimidación, otros ignoran la situación por completo y otros intervienen para defender al niño que está siendo intimidado. Aprenderá más sobre cómo los espectadores pueden intervenir en una sección posterior.



Factores que pueden aumentar el riesgo de los atletas

Los atletas que intimidan a menudo a aquellos que tienen menos poder físico o social que ellos.⁶ Algunos atletas apuntan a otros en función de su identidad, como la identidad de género o la discapacidad. Estos son algunos factores que pueden aumentar el riesgo de que un atleta sea intimidado.

Peso

Los jóvenes que tienen un tipo de cuerpo diferente al de la mayoría de sus pares a menudo son blanco de la intimidación. En un estudio, alrededor del 30 % de los jóvenes con "sobrepeso" informaron haber sido acosados en clases de educación física y actividades deportivas.⁹ A veces, se alienta a los atletas a perder o aumentar de peso para adaptarse a un tipo de cuerpo idealizado o mejorar el desempeño. Esto puede poner a los atletas en riesgo de desarrollar un trastorno alimenticio.¹⁰ Como entrenador, puede ayudar al promover la imagen corporal positiva y los hábitos alimenticios saludables.

Discapacidad

Es posible que tenga atletas con diferentes necesidades físicas, del desarrollo, intelectuales, emocionales y sensoriales. Esto puede ponerles en mayor riesgo de ser intimidados.¹¹ Los atletas con discapacidades tienen de dos a cuatro veces más probabilidades de sufrir abuso que los atletas sin discapacidades.¹²

Raza u origen étnico

Los jóvenes de color en espacios predominantemente blancos, especialmente los jóvenes negros, experimentan tasas más altas de intimidación que sus compañeros blancos.¹³ Sin embargo, es menos probable que etiqueten sus experiencias como "intimidación".¹⁴ Sea proactivo y observe si hay comportamientos preocupantes en lugar de confiar en que los atletas le informen los incidentes.

Identidad sexual y de género

Los jóvenes LGBTQ+ tienen menos probabilidades que sus pares de practicar deportes, y aquellos que enfrentan un mayor riesgo de intimidación, de compañeros de equipo, entrenadores, competidores o fanáticos.⁷ En un estudio, el 82 % de los participantes presenciaron o sufrieron un comportamiento homofóbico en el deporte, incluidos insultos verbales y comentarios despectivos, intimidación, agresiones físicas y amenazas de violencia.⁸

El comportamiento de intimidación relacionado con el género o la orientación sexual es un tipo de conducta sexual indebida en el Código de SafeSport. También puede llegar al nivel de abuso infantil. Debe denunciar de inmediato al Centro los incidentes de conducta sexual indebida o abuso infantil reales o sospechados. También debe denunciar el abuso infantil a las autoridades.



Impactos del comportamiento de intimidación

La intimidación es un problema social complejo con impactos negativos generalizados y duraderos en personas, equipos y comunidades. Se considera una Experiencia Adversa en la Infancia (Adverse Childhood Experience, ACE), un término utilizado para describir formas comunes de adversidad y trauma infantil, como abuso y negligencia o violencia y racismo comunitario.¹⁵

La intimidación, al igual que otras formas de trauma, puede afectar el desarrollo cerebral y hacer que los sistemas de estrés del cuerpo se sobrecarguen.¹⁶ Esto puede provocar consecuencias negativas para la salud física y mental que pueden durar hasta la adultez.

EFFECTOS EMOCIONALES FRECUENTES¹⁷

Enojo
—
Depresión
—
Soledad
—
Miedo
—
Ansiedad y ataques de pánico
—
Pensamientos y sentimientos suicidas

EFFECTOS FÍSICOS FRECUENTES¹⁷

Dolores de estómago
—
Mareos
—
Dolores de cabeza
—
Agotamiento
—
Dolor muscular u otro dolor crónico
—
Problemas digestivos
—
Insomnio o sueño excesivo

EFFECTOS CONDUCTUALES FRECUENTES¹⁸

Falta de participación en las actividades habituales
—
Disminución del desempeño escolar
—
Disminución del rendimiento atlético
—
Pérdida de interés en actividades en las que se produce la intimidación

Todos responden a la intimidación de manera diferente. No todas las personas que demuestran estos signos han sido intimidadas, y algunas personas que han sido intimidadas pueden no demostrar signos. Es útil buscar cambios emocionales, físicos y conductuales inexplicables en lugar de signos específicos.



PUNTOS CLAVE

- La intimidación es común en los deportes juveniles.
- La intimidación puede ser física, verbal, social, sexual o involucrar conductas delictivas.
- No todos los comportamientos groseros o conflictos cumplen con la definición de comportamiento de intimidación en el Código de SafeSport.
- Abordar el comportamiento inapropiado puede evitar que se convierta en un comportamiento de intimidación.
- Los atletas LGBTQ+, los atletas con sobrepeso o bajo peso, los atletas con discapacidades y los atletas de color pueden tener un mayor riesgo de ser intimidados.
- La intimidación puede afectar el desarrollo cerebral y la salud física y mental.



PREVENIR EL **COMPORTAMIENTO DE INTIMIDACIÓN**

El deporte debe ser un espacio seguro e inclusivo en el que cada atleta tenga un sentido de pertenencia. Los atletas se desempeñan mejor y se divierten más cuando no les preocupa la intimidación.

En esta sección, aprenderá cómo promover una cultura de respeto puede prevenir la intimidación. Puede hacerlo al crear un entorno deportivo positivo, al alentar a los atletas a ser espectadores activos, al entrenar con una perspectiva centrada en el trauma y al poner en práctica políticas eficaces.

Creación de un entorno positivo

Como entrenador, tiene el poder de crear una cultura de respeto y pertenencia. Sus palabras, comportamientos y expectativas pueden desalentar la intimidación y otras formas de abuso. También pueden promocionarlo inadvertidamente.

Ayudar a los atletas a usar su poder para no excluir es una de las mejores maneras de prevenir la intimidación. Abordar el comportamiento exclusivo antes de que se convierta en intimidación.

EXCLUSIÓN

INCLUSIÓN

Los comportamientos de intimidación excluyen y lastiman a los demás.

Los comportamientos inclusivos alientan a los demás y los hacen sentir bienvenidos.

Ejemplo: Varios miembros del equipo publican videos en las redes sociales en los que repetidamente, le cambian el género y se burlan de un compañero de equipo transgénero.

Ejemplo: Varios miembros del equipo publican videos en las redes sociales que apoyan a los atletas trans en el Día de la Visibilidad Trans.



Estos principios le ayudarán a establecer un entorno deportivo positivo.

Establezca expectativas de comportamiento con anticipación.

Asegúrese de que todos comprendan sus expectativas y las consecuencias de no cumplirlas. Deje que los atletas le ayuden con este proceso. Debe informar a los atletas qué comportamientos son aceptables y cuáles son inaceptables. Deje en claro que no permitirá la intimidación. Asegúrese de que sus expectativas y consecuencias sean adecuadas para su edad y desarrollo.

Ejemplo: *“Parte de ser un gran equipo es establecer expectativas claras sobre cómo nos tratamos mutuamente. No se tolera la intimidación en este equipo. Somos respetuosos entre nosotros incluso cuando no estamos de acuerdo. Alentamos y apoyamos a nuestros compañeros de equipo. ¿Tiene alguna otra idea para las expectativas del equipo?”*

Forje un comportamiento apropiado y respetuoso.

No se involucre en conductas que falten el respeto o que puedan ser hirientes para los demás, ya sea de manera emocional o física. Cuando maltrata a alguien, envía el mensaje a los atletas de que esos comportamientos también están bien para que ellos los perpetren.

Use un lenguaje intencionalmente inclusivo, especialmente para atletas que comúnmente sufren discriminación. Trate de usar términos neutrales en cuanto al género, como “ustedes” o “equipo”, con los grupos. Es posible que esté entrenando a atletas transgénero y no binarios que no hayan revelado su identidad. Diga “atletas sin discapacidades” en lugar de “atletas normales”. No quiere insinuar que los atletas con discapacidades no son normales. Destaque los comportamientos positivos e inclusivos de los atletas.

Ejemplo: *“Jaden, realmente me gustó cómo le pediste a Brady que fuera tu compañero de calentamiento cuando notaste que no tenía uno”.*

Llame a las personas por el nombre que desean que las llamen.

Aprenda a pronunciar nombres que le resulten difíciles. No acorte los nombres solo para que sean más fáciles para usted. Es mejor preguntarle a un atleta cómo pronunciar su nombre que seguir diciéndolo mal.

Llame a atletas transgénero y no binarios por el nombre y los pronombres que usan. Si usa apodosos para atletas, asegúrese de que no sean ofensivos ni hirientes. Diga cuáles son sus pronombres cuando se presente ante los atletas y pregúnteles si quieren compartir los suyos.

Ejemplo: *“Por favor, llámenme _____” y “Mis pronombres son _____”.*



Tenga en cuenta la edad y el nivel de desarrollo de los atletas al hablar con ellos.

Los atletas adolescentes pueden comprender que una voz alta no siempre es lo mismo que gritar con enojo, pero los atletas más jóvenes no. Si es necesario, simplifique el lenguaje cuando se comuniquen con atletas que tengan discapacidades cognitivas. Asegúrese de elegir un lenguaje que no sea condescendiente. Puede hacerlo al dar las instrucciones lineales y evitar detalles o explicaciones innecesarios.

Ejemplo: “La pizarra muestra nuestro plan de práctica para hoy: calentamiento, ejercicios, juego de práctica, enfriamiento”.

Preste atención a atletas con discapacidades, atletas LGBTQ+ y atletas de color.

Informe a los atletas que no se tolera una conducta racista, homofóbica, transfóbica y capacitista. Esto incluye conductas hirientes u ofensivas que no cumplen con la definición de comportamiento de intimidación en el Código de SafeSport. Abordar inmediatamente el comportamiento perjudicial y otras malas conductas de los competidores o fanáticos.

Ejemplo: “No toleraré que se burlen, insulten o maltraten a nadie debido a su identidad. Esto incluye si son de una raza diferente de ustedes, son LGBTQ+ o tienen una discapacidad. En este equipo, nos apoyamos mutuamente”.

Reafirme que, si bien ganar importa, su crecimiento y bienestar son más importantes.

Demuestre a los atletas que está comprometido con ellos como personas y atletas. Hágales saber que son bienvenidos en su equipo tal como lo son.

Ayúdelos a convertir errores y fracasos en oportunidades de aprendizaje y recuérdelos que nadie gana todo el tiempo. Enfocar los comentarios constructivos en comportamientos o habilidades específicos, sin criticar sus características personales. No permita que los compañeros de equipo usen errores o malos desempeños como excusa para intimidar a alguien.

Ejemplo: “¡Ese fue un gran esfuerzo! La próxima vez intentemos esto y es posible que veamos una mejora”.



Responsabilizar a las personas por las expectativas y políticas.

Asegúrese de conectar claramente los comportamientos con las consecuencias. Promover la responsabilidad, no solo el castigo. Hacer cumplir las políticas de manera consistente y con un enfoque en lo que es mejor para el atleta que fue intimidado. Trate a un atleta estrella que intimida a un compañero de equipo como lo haría con cualquier otro atleta, incluso si esto hace que sea más difícil ganar.

Ejemplo: “Su comportamiento de hoy no reflejó los valores fundamentales de los que hablamos al inicio de la temporada. Tómese un tiempo para pensar en lo que sucedió y luego podemos hablar sobre los próximos pasos”.

Responder a la mala conducta de inmediato y de manera consistente.

Abordar de inmediato todas las formas de mala conducta. Si aborda un incidente pero ignora otro, envía mensajes contradictorios sobre qué comportamientos son aceptables. Consulte la sección Cómo denunciar el comportamiento de intimidación para obtener información sobre cómo denunciar en su organización o en las autoridades.

Ejemplo: “Malik, me alegra que me hayas contado lo que sucedió. No es aceptable. Hablaré sobre este problema con todo el equipo para que no vuelva a suceder”.

Hable con los atletas sobre la intervención de los espectadores y demuéstrela en su propio comportamiento.

Forje formas positivas de decir o hacer algo cuando vea comportamientos abusivos. Use el folleto Guía de debate sobre el comportamiento de intimidación para analizar la intervención de los espectadores con su equipo. Muestre liderazgo al abordar claramente los comportamientos preocupantes que observa entre los atletas. Intervenga cuando sea testigo de un comportamiento inapropiado por parte de entrenadores, padres o fanáticos.

Ejemplo: “Padres dejen de insultar a los atletas del otro equipo. Ese comportamiento es inapropiado e irrespetuoso”.

Entrenamiento con una perspectiva centrada en el trauma

El trauma puede tener un impacto duradero. Puede apoyar a los atletas que han sido intimidados al ayudar a aumentar su autoestima. Las prácticas de entrenamiento con una perspectiva centrada en el trauma pueden lograr lo siguiente:²¹

- Ayudar a prevenir la intimidación
- Ayudar a los atletas a desarrollar relaciones valiosas
- Crear un entorno comprensivo y estructurado

Un enfoque con una perspectiva centrada en el trauma lo ayuda a responder con el equilibrio adecuado ante los atletas que participan en la intimidación pero que también han sufrido un trauma. Por ejemplo, puede responsabilizarlos por sus acciones mientras reconoce que las experiencias anteriores pueden impulsar su comportamiento inapropiado.



Puede convertirse en un entrenador más con una perspectiva centrada en el trauma al realizar lo siguiente:²¹

- Usar un tono tranquilo, especialmente en situaciones muy estresantes o susceptibles
- Alentar a los atletas a expresar sus sentimientos de manera segura y productiva
- Explicar lo que hace y por qué lo hace
- Ayudar a los atletas a aprender a responder ante situaciones abrumadoras o provocadoras de maneras que los ayuden a sentirse seguros y no dañen a los demás
- Preguntarle a un atleta que se ha comportado de manera inapropiada lo que estaba pensando y sintiendo antes de decidir cómo abordar la situación

Las técnicas de entrenamiento eficaces y con una perspectiva centrada en el trauma pueden tener un efecto positivo en todos los atletas, incluidos aquellos que han sufrido un trauma.²² Todos se desempeñan mejor cuando prioriza generar relaciones positivas, y cuando tiene una estructura consistente y se preocupa por el bienestar de los atletas.

Cómo ayudar a los atletas a comprender la intervención de los espectadores

Las prácticas de entrenamiento con una perspectiva centrada en el trauma pueden ayudar a prevenir muchos incidentes de intimidación. A pesar de sus mejores esfuerzos, algunos atletas de su equipo aún pueden participar en la intimidación. A menudo lo hacen cuando los adultos no están cerca, y es posible que quienes lo presencian no intervengan. Algunos espectadores tienen miedo de convertirse en víctimas o de experimentar consecuencias sociales negativas.²³

Decidir intervenir es una decisión difícil, pero importante. Las investigaciones indican que cuando se enseña a los compañeros a intervenir, la intimidación se reduce en gran medida.²⁴ Los atletas pueden elegir intervenir de diferentes maneras en función de su relación con las personas involucradas, las diferencias de poder social o físico, o su personalidad.

Hable con ellos sobre las 5 D de la intervención de los espectadores: Sea Directo, Distraer, Delegue, Demore y Documente.²⁵

Sea directo: Los atletas pueden minimizar el impacto del incidente al defender a su compañero de equipo. Diga algo en el momento como “Eso no está bien”. Puede decirle a la persona que está intimidando que su comportamiento no está bien o preguntarle a la persona que está siendo intimidada si quiere irse.

Distraer: Cree una distracción, como pedirle a alguien involucrado que le ayude con algo. También puede alentar a los demás a alejarse para no alentar involuntariamente el comportamiento al darles un público.

Delegue: Pida a un entrenador, padre o maestro que aborde la inquietud. Si su compañero de equipo desea hablar con el entrenador u otro adulto de confianza, ofréczcale acompañarlo.



Demore: Aléjese hasta que sienta que es más seguro intervenir. Si usted es amigo de la persona que está intimidando, tenga una conversación privada con ella para preguntarle si se da cuenta de que sus palabras o acciones son hirientes. Hable con el compañero de equipo que está siendo intimidado en privado para hacerle saber que lo que sucedió no es su culpa y que usted lo apoya.

Documente: Anote la fecha, la hora, el lugar, la información sobre las personas involucradas y un resumen de lo que sucedió. Dé la información a alguien con más poder para actuar.

Hágales saber que no hay una manera correcta de intervenir en una situación. A veces, una combinación de respuestas es adecuada. Pero hacer algo, incluso después de que haya ocurrido el incidente, es más útil que ignorar la situación. No importa lo que alguien elija hacer, recuerde que nadie puede hacer todo, pero todos pueden hacer algo. El folleto de la [**Guía de debate sobre el comportamiento de intimidación**](#) puede ayudarle a hablar sobre las opciones de intervención con su equipo.

Recuerde que una vez que sus atletas le informen sobre una situación de intimidación, debe denunciarla. Consulte la sección [**Cómo denunciar el comportamiento de intimidación**](#) para obtener información sobre cómo denunciar en su organización o en las autoridades.

Políticas de prevención eficaces

Las políticas de prevención de intimidación deben demostrar que se toma en serio la seguridad y el bienestar de los atletas. Publicar estas políticas desalienta a los atletas a participar en la intimidación. También alienta a los atletas y a los padres a denunciar cualquier intimidación que ocurra. Su política debe realizar lo siguiente:¹⁷

- **Prohibir específicamente la intimidación.** Definir claramente la intimidación y describir los comportamientos que infringen la política. Especifique cómo los atletas y los padres pueden informar incidentes y explicar las consecuencias de la intimidación. La política también debe abordar cómo se maneja el comportamiento problemático cuando no alcanza el nivel de comportamiento de intimidación en el Código de SafeSport.
- **Minimizar las oportunidades de intimidación.** Crear pautas que aborden las normas de comportamiento, las expectativas y la supervisión durante el tiempo no estructurado de los atletas. Prestar especial atención a lugares de alto riesgo como vestuarios, estacionamientos, autobuses y hoteles.



Además de las políticas del equipo, también puede defender una política de prevención del intimidación en toda la organización. Las políticas organizacionales deben realizar lo siguiente:

- ▶ Requerir capacitación para entrenadores, administradores y voluntarios adultos sobre cómo reconocer y responder a la intimidación.
- ▶ Estandarizar un protocolo sobre cómo abordarán la intimidación para garantizar que las situaciones se manejen de manera adecuada y coherente.
- ▶ Incluir instrucciones claras sobre las obligaciones de presentación de denuncias obligatorias. Consulte la sección **Cómo denunciar el comportamiento de intimidación** para obtener información sobre cómo denunciar en su organización o en las autoridades.
- ▶ Aborde el comportamiento de los fanáticos, voluntarios y otras personas cerca de sus atletas. Por ejemplo, algunas organizaciones tienen un código de conducta que prohíbe el lenguaje o las acciones discriminatorias hacia todas las personas.

Consejos para prevenir la intimidación de atletas en riesgo

También debe tomar medidas específicas para evitar la intimidación de los atletas con mayor riesgo.

Peso

- ▶ Limite los pesajes y las conversaciones sobre el peso solo a las necesidades de participación deportiva, como calificar para una clase de peso de lucha libre. Hablarles en privado con otro adulto presente.
- ▶ Si le preocupa el peso de un atleta, déVELO a un profesional médico. No brinde consejos de nutrición o capacitación para los que no esté certificado.
- ▶ Sea considerado al elegir uniformes. Seleccione colores, estilos y talles que incluyan una amplia gama de tipos de cuerpo. Consulte con atletas o padres sobre las preferencias de tamaño antes de hacer el pedido.

Discapacidad

- ▶ Haga que los atletas con y sin discapacidades practiquen y entrenen juntos para reducir el aislamiento.
- ▶ Rechace los estereotipos sobre atletas con discapacidades y enseñe a los atletas sin discapacidades a hacer lo mismo. Los atletas con discapacidades a menudo compiten en niveles élite. Pueden pedir la ayuda que necesitan para competir.

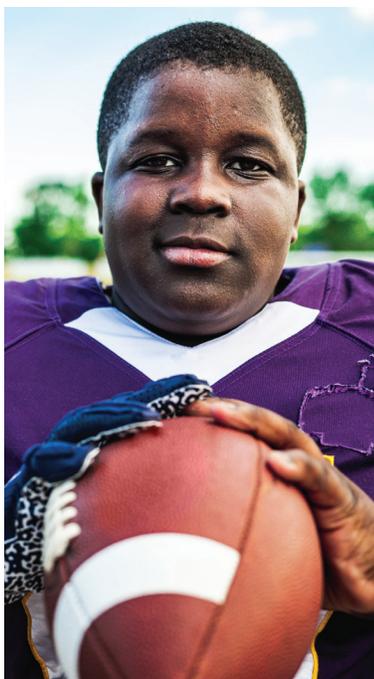


Raza u origen étnico

- Involucre a atletas y entrenadores en conversaciones abiertas sobre la raza. No dependa de atletas de color para educar a todos. Si no se siente cómodo liderando las conversaciones, busque a alguien que lo ayude.
- Planificar prácticas y eventos de equipo en torno a feriados religiosos y étnicos. Intente evitar programar juegos y competencias en esos días.

Identidad sexual y de género

- No designe un género equivocado intencionalmente a los atletas ni permita que otros los designen con un género equivocado. Si comete un error, reconózcalo, discúlpese y use el término que usan. Respete su identidad en el futuro.
- Muchos atletas LGBTQ+ no se sienten seguros en los vestuarios y vestidores. Manténgase alerta a los comportamientos dañinos y brinde a los atletas acceso a espacios privados cuando los soliciten.



PUNTOS CLAVE

- Como entrenador, puede ayudar a prevenir la intimidación en su deporte.
- Crear intencionalmente un entorno positivo e inclusivo para los atletas en riesgo de ser intimidados mejora la experiencia deportiva para todos.
- El entrenamiento con una perspectiva centrada en el trauma promueve un entorno seguro para ayudar a los atletas a crecer.
- Los atletas pueden ayudar a detener la intimidación al defender a los compañeros de equipo que son víctimas de intimidación.
- Las políticas organizacionales sólidas pueden evitar que se perpetre la intimidación. También pueden ayudarle a responder de manera eficaz cuando se perpetra.

RESPONDER AL COMPORTAMIENTO DE INTIMIDACIÓN

Cuando reconoce rápidamente y responde adecuadamente a situaciones de intimidación, puede evitar que los comportamientos problemáticos continúen y ayudar a prevenir la intimidación futura. La presencia de un adulto atento, comprometido y responsable puede reducir los impactos negativos de la intimidación.¹⁹ Su respuesta es importante.

En esta sección, encontrará consejos sobre cómo responder ante situaciones de intimidación, incluido cómo hablar con las personas involucradas. También aprenderá sus responsabilidades de denuncia en virtud del Código de SafeSport y cómo abordar posibles represalias.

Consejos para responder

Se prepara para la competencia de varias maneras, incluidos los planes de práctica y la preparación de los atletas. Es igual de importante prepararse para responder a la intimidación. Considere estos puntos como ayuda para responder de manera adecuada y eficaz.

Conocimiento: Conozca y comprenda las políticas de su organización. Aprenda qué comportamientos debe buscar, cómo debe responder y cómo denunciar.

Preparación: Analice los comportamientos aceptables e inaceptables con los atletas al inicio de cada temporada para establecer expectativas. Haga un seguimiento con ellos durante toda la temporada para que sean responsables.

Tiempo: Responda rápidamente para evitar que los comportamientos se intensifiquen y que el daño continúe.

Consistencia: Responda de manera consistente a la intimidación que descubra. Responder a algunas situaciones y no a otras puede reducir la confianza de los atletas en el proceso y puede conducir a un comportamiento más inapropiado.

Tener en cuenta lo que es apropiado: Considere la edad y el nivel de desarrollo de las personas involucradas. Los comportamientos aceptables y las respuestas apropiadas pueden variar.

Estos son algunos consejos para responder a la intimidación. No ignore la intimidación ni asuma que otra persona se ocupa de la situación. ¡Haga algo al respecto!



- ▶ Si es testigo directo de intimidación, intervenga de inmediato al separar a todos los involucrados. Pida ayuda a otro entrenador o adulto si es necesario. Asegúrese de que todos estén seguros y que nadie necesite atención médica.
- ▶ Mantenga la calma y sea respetuoso. Esto demuestra que puede controlar sus emociones y enseña a los atletas a hacer lo mismo.
- ▶ Hable con cada persona por separado: aquellos que intimidaron, las víctimas y cualquier testigo. De esta manera, puede evaluar lo que sucedió con un sesgo mínimo. Asegúrese de hablar en un área donde los demás puedan observarle e interrumpirle.
- ▶ Felicite a los miembros del equipo que se resisten ante un comportamiento inaceptable y que se lo informan.
- ▶ Siga las políticas de su organización y denuncie la situación. Consulte los detalles sobre los pasos de informe del Código de SafeSport a continuación.
- ▶ Utilice el folleto de escenarios al final de este Manual para reafirmar las expectativas de comportamiento adecuado.
- ▶ Controle habitualmente para asegurarse de que el comportamiento se haya detenido.
- ▶ Si necesita apoyo adicional, busque ayuda de un profesional. Si trabaja en una escuela, hable con un consejero escolar o trabajador social. De lo contrario, comuníquese con una organización que se centre en la prevención de la intimidación y la violencia.

Cómo informar el comportamiento de intimidación

Denuncie a su organización o al U.S. Center for SafeSport si sucede lo siguiente:

- ▶ Se entera de un incidente de comportamiento de intimidación en el Código de SafeSport
- ▶ Sospecha que el comportamiento de intimidación está prohibido en el Código de SafeSport

Su organización podría ser el Comité Olímpico y Paralímpico de los EE. UU. (U.S. Olympic and Paralympic Committee, USOPC), un Organismo Nacional de Gobierno (National Governing Body, NGB) o una Organización Local Afiliada (Local Affiliated Organization, LAO).

Denunciar a las autoridades PRIMERO y luego al U.S. Center for SafeSport si sucede lo siguiente.

- ▶ El incidente fue de naturaleza sexual
- ▶ El incidente está relacionado con el género, la orientación sexual, la identidad de género o la expresión de género
- ▶ El incidente involucra abuso infantil de atletas menores de 18 años

Denuncias en línea: uscenterforsafesport.org/report-a-concern/

Llame para denunciar al: 833-5US-SAFE (833-587-7233)

Recuerde que estos tipos de incidentes son un tipo de conducta sexual indebida en el Código de SafeSport, que es independiente del comportamiento de intimidación.



El folleto Pasos para denunciar abuso y mala conducta describe estos requisitos y pautas de denuncia. Manténgalo a mano para una referencia fácil cuando descubra o sospeche de un comportamiento de intimidación. Tenga en cuenta cualquier otro requisito de denuncia en su estado que pueda aplicarse a incidentes de intimidación. Si no forma parte del Movimiento, denuncie de acuerdo con las políticas y los procedimientos de su organización relacionados con la intimidación.

Cómo lidiar con las represalias

Los atletas (y sus padres y tutores) a menudo tienen miedo de denunciar la intimidación porque temen represalias de un entrenador, líderes de organizaciones o compañeros. Los entrenadores también pueden temer represalias por denunciar la intimidación, especialmente si involucra a alguien con poder sobre ellos.

Definición de represalias en el código de SafeSport

- Las represalias son una forma de mala conducta y están prohibidas por el Código.
- Estas consisten en tomar (o amenazar con tomar) una medida adversa relacionada con acusaciones de Conducta prohibida antes, durante o después de la participación de una persona en los procesos del Centro o cualquier otra organización relevante bajo la jurisdicción del Centro.
- Una acción adversa puede incluir lo siguiente:
 - » Amenazar, intimidar u hostigar a alguien
 - » Coaccionar a alguien para que no denuncie una mala conducta o se niegue a cooperar con una investigación
 - » Castigar o negar oportunidades a aquellos que denuncien malas conductas

Ejemplos de represalias

- Un atleta de un equipo juvenil ha sido víctima de los comportamientos de intimidación por parte de sus compañeros de equipo. Les denuncia a su organización. Sus compañeros de equipo envían mensajes en las redes sociales en los que amenazan con lastimarlo físicamente por denunciarlo.
- Al padre de un atleta de un equipo juvenil le preocupa que su hija sea blanco por su orientación sexual. Denuncia esto al U.S. Center for SafeSport porque podría ser un tipo de conducta sexual indebida. El entrenador se enojó y puso a la niña en el banco, aunque había participado en todos los partidos antes de que su padre hiciera la denuncia.

Denuncia de represalias

- Si descubre o sospecha de represalias, denuncie directamente al U.S. Center for SafeSport.
- Otras organizaciones fuera del Movimiento también pueden tener políticas que prohíban las represalias. Si no forma parte del Movimiento, denuncie directamente a su organización.



Apoyo a la salud mental de los atletas

Todos lidiamos con la intimidación de manera diferente. Todos también sanan a su propio ritmo.

Las relaciones positivas con entrenadores como usted pueden mejorar la salud mental de los atletas y disminuir los pensamientos suicidas entre los jóvenes.²⁰ Estas son algunas formas en las que puede apoyar a los atletas en crisis:

- ▶ Hable con ellos sobre cómo se sienten y pregúnteles cómo puede ayudarles.
- ▶ Remítirles a servicios de asistencia las 24 horas del día, los 7 días de la semana, que incluyen lo siguiente:
 - » Línea de ayuda de SafeSport: safesporthelpline.org o 866-200-0796
 - » Línea de ayuda para suicidios y crisis: 988lifeline.org o 988
 - » Línea directa nacional de agresión sexual: rainn.org o 800-656-4673
 - » Línea directa nacional contra la violencia doméstica: thehotline.org o 800-799-7233
- ▶ Hágales saber a sus padres o tutores cuando esté preocupado por su salud mental. Anímeles a buscar el consejo de un profesional de salud mental para asegurarse de que estén recibiendo la ayuda que necesitan.



PUNTOS CLAVE

- ▶ Los entrenadores atentos, comprometidos y responsables pueden reducir los impactos negativos de la intimidación hacia los atletas.
- ▶ Puede responder de manera más efectiva a la intimidación si tiene un plan basado en las políticas de su organización. Debe incluir cómo abordaría a las personas afectadas y al equipo.
- ▶ Si usted es entrenador del Movimiento Olímpico y Paralímpico de los EE. UU., debe denunciar el Comportamiento de intimidación a su organización. También debe denunciar la intimidación de naturaleza sexual o el abuso infantil al U.S. Center for SafeSport y a las autoridades.
- ▶ Si no forma parte del Movimiento, pregunte a su organización qué requisitos de denuncia se aplican a usted.



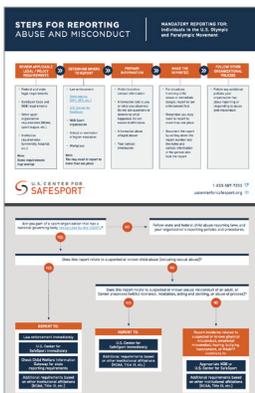
► Intimidación 101

Una guía de referencia rápida para comprender el comportamiento de intimidación y cómo hablar con atletas jóvenes después de un incidente.



► Guía de debate sobre el comportamiento de intimidación de los entrenadores y escenarios de intervención de los espectadores para atletas

Una actividad para ayudar a su equipo a comprender y responder ante los incidentes de intimidación.



► Pasos para denunciar abuso y mala conducta

Una guía para las denuncias obligatorias para las personas en el Movimiento Olímpico y Paralímpico de los EE. UU.



del U.S. Center for SafeSport

- ▶ **Kit de herramientas para casos de abuso y mala conducta emocional y física:** Herramientas para ayudar a los entrenadores a abordar el abuso emocional y físico y la mala conducta en el deporte.
- ▶ **SafeSportTrained.org:** Cursos de concientización y prevención del abuso para entrenadores, padres, atletas, profesionales de la salud y voluntarios. Además del SafeSport® Trained Core, recomendamos el curso Comprensión de las denuncias obligatorias para obtener información sobre sus requisitos legales para denunciar el abuso y la negligencia infantil. Consulte con su NGB para confirmar cómo debe acceder a la capacitación de SafeSport.
- ▶ **Código de Conducta de SafeSport:** Describe las formas de conducta y abuso prohibidos, incluido el comportamiento de intimidación.

Para obtener más información consulte

- ▶ **Play Like a Champion Today:** Recursos para ayudar a los entrenadores a aprender cómo tener una perspectiva más centrada en el trauma.
- ▶ **Positive Coaching Alliance:** Organización nacional que brinda capacitación y recursos para garantizar que cada niño tenga acceso a una experiencia deportiva positiva para jóvenes.
- ▶ **Project Play:** Recursos para entrenadores para ayudar a sus atletas jóvenes a desarrollar habilidades sociales y emocionales.
- ▶ **Up2Us Sports and Edgework Consulting:** Libro de estrategias para ayudar a los entrenadores a implementar prácticas con una perspectiva centrada en el trauma para ayudar a los jóvenes a recuperarse del trauma.

Para obtener ayuda y apoyo

- ▶ **Línea de ayuda de SafeSport:** Obtenga intervención en crisis, derivaciones y apoyo emocional en safesporthepline.org o al llamar al 866-200-0796
- ▶ **Línea de Prevención del Suicidio:** Obtenga asistencia gratuita y confidencial las 24 horas del día, los 7 días de la semana en 988lifeline.org o llame al 988.



1. Bergholz, L., Stafford, E. & D'Andrea, W. (2016). Creating Trauma-informed Sports Programming for Traumatized Youth (Creación de programación deportiva informada por trauma para jóvenes traumatizados): Core Principles for an Adjunctive Therapeutic Approach, *Journal of Infant, Child, and Adolescent Psychotherapy* (Principios básicos para un enfoque terapéutico complementario), 15:3, 244-253.
2. Wang, K., Chen, Y., Zhang, J., Oudekerk, B. (2020). Indicators of School Crime and Safety (Indicadores de delitos escolares y seguridad): 2016. U.S. Department of Education and U.S. Department of Justice, Office of Justice Programs (Departamento de Educación de los EE. UU. y Departamento de Justicia de los EE. UU., Oficina de Programas de Justicia). nces.ed.gov/pubs2020/2020063.pdf.
3. Marracho, Philippe & Pereira, Antonino & Nery, Miguel & Rosado, António & Coelho, Eduarda. (2021). Is young athletes' bullying behaviour different in team, combat, or individual sports? (¿El comportamiento de intimidación de los atletas jóvenes es diferente en los deportes de equipo, de combate o individuales?) *Motricidade*. 17, 70.
4. "The Roles Kids Play in Bullying" (Los papeles que desempeñan los niños en la intimidación). Stopbullying.gov. (2017). U.S. Department of Health and Human Services (Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE. UU.). stopbullying.gov/bullying/roles-kids-play.
5. Patchin, J. W. (2021). Summary of Our Cyberbullying Research (Resumen de nuestra investigación sobre la intimidación cibernética) (2007-2021). Centro de Investigación de Intimidación Cibernética. **[Summary of Our Cyberbullying Research \(Resumen de nuestra investigación sobre la intimidación cibernética\) \(2004-2022\)](#)**.
6. PACER's National Bullying Prevention Center. (n.d.). Questions Answered (Preguntas respondidas): You ask, We answer (Usted pregunta, nosotros respondemos). pacer.org/bullying/info/info-facts.asp.
7. Campaña de Derechos Humanos (n.d.). Play to Win (Jugar para ganar): Improving the Lives of LGBTQ Youth in Sports (Mejorar las vidas de los jóvenes LGBTQ en deportes). assets2.hrc.org/files/assets/resources/PlayToWin-FINAL.pdf.
8. Denison, E., Bevan, N. & Jeanes, R. (2021) Reviewing evidence of LGBTQ+ discrimination and exclusion in sport (Revisión de evidencia de discriminación y exclusión de personas LGBTQ+ en el deporte). *Sport Management Review* (Revisión de gestión deportiva), 24:3, 389-409. <https://doi.org/10.1016/j.smr.2020.09.003>
9. Peterson, J. L., Puhl, R. M., & Luedicke, J. (2012). An experimental investigation of physical education teachers' and coaches' reactions to weight-based victimization in youth (Una investigación experimental de las reacciones de los maestros y entrenadores de educación física a la victimización basada en el peso en jóvenes). *Psychology of Sport and Exercise* (Psicología del deporte y el ejercicio), 13, 177-185.
10. National Eating Disorders Association (n.d.) (Asociación Nacional de Trastornos de la Alimentación). Tips for Coaches (Consejos para entrenadores): Preventing Eating Disorders in Athletes (Prevención de trastornos alimenticios en atletas). nationaleatingdisorders.org/learn/help/coaches-trainers.
11. Bullying and Youth with Disabilities and Special Health Needs" ("Intimidación y juventud con discapacidades y necesidades de salud especiales"). Stopbullying.gov (2020). Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE. UU. stopbullying.gov/bullying/special-needs.
12. Tuakli-Wosornu, Y. A., Sun, Q, Gentry, M., & Kirby, S. (2020). Non-accidental harms ("abuse") in athletes with impairment ("para athletes") (Daños no accidentales ["abuso"] en atletas con dificultades ["para atletas"]): A state-of-the-art review (Una revisión de última generación). *British Journal of Sports Medicine* 54, 129-138.
13. U.S. Department of Education, Office for Civil Rights (Departamento de Educación de los EE. UU., Oficina de Derechos Civiles). (2018). 2015-16 Civil Rights Data collection (Recopilación de datos de Derechos Civiles de 2015-16): School Climate and Safety (Clima y seguridad escolar). ed.gov/about/offices/list/ocr/docs/crdc-2015-16.html.
14. Lai, T. y Kao, G. (2018). Hit, Robbed, and Put Down (but not Bullied) (Me golpearon, me robaron y me abatieron [pero no me intimidaron]): Underreporting of Bullying by Minority and Male Students. (La falta de denuncias por intimidación por parte de estudiantes de minorías y hombres). *Journal of Youth and Adolescence* (Diario de la juventud y la adolescencia), 47, 619-635.
15. "Bullying as an Adverse Childhood Experience (ACE)."(“La intimidación como una experiencia adversa en la infancia [ACE]”). Stopbullying.gov (2017). Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE. UU. stopbullying.gov/sites/default/files/2017-10/bullying-as-an-ace-fact-sheet.pdf.



16. Rossouw, P. J. (2013). The effects of bullying on the developing brain (Los efectos de la intimidación en el cerebro en desarrollo). Strategies for effective interventions (Estrategias para intervenciones eficaces). PJ Rossouw (Ed.), 2, 102-112.
17. Shannon-McCallum, C. S. (2013). Bullying in Recreation and Sport Settings (Intimidación en entornos recreativos y deportivos): Exploring Risk Factors, Prevention Efforts, and Intervention Strategies (Análisis de factores de riesgo, esfuerzos de prevención y estrategias de intervención). *Journal of Park and Recreation Administration*, 31, 15-33.
18. "Effects of Bullying" ("Efectos de la intimidación"). Stopbullying.gov (2021). U.S. Department of Health and Human Services (Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE. UU.). stopbullying.gov/bullying/effects.
19. David-Ferdon, C., Vivolo-Kantor, A. M., Dahlberg, L. L., Marshall, K. J., Rainford, N., & Hall, J. E. (2016). A Comprehensive Technical Package for the Prevention of Youth Violence and Associated Risk Behaviors (Un Paquete técnico integral para la prevención de la violencia juvenil y los comportamientos de riesgo asociados). National Center for Injury Prevention and Control, Centers for Disease Control and Prevention (Centro Nacional para la Prevención y el Control de Lesiones, Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades).
20. Suicide Prevention Resource Center (Centro de Recursos para la Prevención del Suicidio). (2020). A Comprehensive Approach to Suicide Prevention (Un enfoque integral para la prevención del suicidio). <https://sprc.org/effective-prevention/comprehensive-approach>.
21. Bergholz, L., Stafford, E., & D'Andrea, W. (2016). Creating Trauma-Informed Sports Programming for Traumatized Youth (Creación de programación deportiva informada por trauma para jóvenes traumatizados): Core Principles for an Adjunctive Therapeutic Approach (Principios fundamentales para un enfoque terapéutico complementario). *Journal of Infant, Child, and Adolescent Psychiatry*, 15, 244-253. pesi.com/confirm/eventdocs/C2936554.PDF/54528.
22. Hansen, M. A., Turner, B., & Davis, A. (2021). Trauma-Sensitive and Responsive Coaching (Entrenamiento con una perspectiva centrada en el trauma y receptivo). *Strategies and Methods for Implementing Trauma-Informed Pedagogy (Estrategias y métodos para implementar la pedagogía informada por trauma)*, 144.
23. "Bystanders to Bullying" ("Los espectadores de la intimidación"). Stopbullying.gov (2018). U.S. Department of Health and Human Services (Departamento de Salud y Servicios Humanos de los EE. UU.) stopbullying.gov/prevention/bystanders-to-bullying.
24. Polanin, J. R., Espelage, D., Pigott, T. D. (2012). A Meta-Analysis of School-Based Bullying Prevention Programs' Effects on Bystander Intervention Behavior (Un metaanálisis de los efectos de los programas escolares de prevención de la intimidación sobre el comportamiento de intervención de los espectadores). *School Psychology Review*, 41, 47-65.
25. "The 5 D's of Bystander Intervention." ("Las 5 D de la intervención de los espectadores"). Right to Be (Derecho a ser). (2020). righttobe.org/guides/bystander-intervention-training.

Este manual está adaptado del documento del 2017 "Preventing Bullying: What Great Coaches Need to Know" ("Prevención de la intimidación: Lo que los grandes entrenadores necesitan saber") publicado conjuntamente con Center and **Prevent Child Abuse America**, la organización más antigua y grande del país comprometida con la prevención del abuso y la negligencia infantil antes de que ocurra.

