

## **SPORCULARIN DOPİNGLE MÜCADELE EĞİTİMİNDE YENİ BİR YAKLAŞIM**

Yakın zamana kadar, üst düzey (elit) sporcuların dopingle mücadele eğitimleri, o ana kadar bilimsel araştırma ve diğer yollarla elde edilen bilgilerin verildiği, vaka odaklı gelişim programlarının sunulması şeklinde idi ve sadece bu yöntemin uygulanması ile sporda dopingin önlenemediği ortaya çıkmıştır.

Bu sebeple WADA, 2014 yılı Mart ayında düzenlediği Doping Mücadele Kurumları Sempozyumu'ndan bu yana, Sağlık ve Doping Mücadele Hakkında Sporcu Eğitimi Programı'nı (ALPHA) başlatmıştır.

ALPHA programı, dopingle mücadele eğitimine farklı bir yaklaşım getirerek, sporcuların tutum ve davranışlarının niyetlerini nasıl etkilediğini sorgulayıp, sonuçta doping yapıp yapmama kararını belirlemeye odaklanan yeni bir programdır.

ALPHA programı, doping konusuna olumlu bir bakış açısı ile yaklaşmaktadır. Kişiyeye olumsuz ve korkutucu gelen "bunları ve şunları yapmayın" demek yerine sporculara çözümler sağlamak; birden fazla seçenekleri ve geniş bir hareket alanları olduğunu; gerçek ihtiyaçlarının çalışmak ve başarılı olmak olduğunu anlamalarına yardımcı olmaktadır.

Yaklaşık iki yıldır süren ALPHA Programı geliştirme çalışmalarında, WADA Sporcu Komitesi üyeleri ile birlikte psikologlar, davranış bilimciler, eğitim bilimciler, e-egitim uzmanları, dopingle mücadele uzmanları bir araya gelmişlerdir. WADA Sporcu Komitesi ve diğer sporcu grupları da, geçmiş deneyimlerini aktararak, ALPHA'nın uygulama ve geliştirme çalışmalarının odağında yer almışlardır.

ALPHA programı, Doping Mücadele Kurumları için kolaylıkla uygulanıp, sürdürülebilir, oldukça gelişmiş bir kaynak olarak tasarlanmıştır. 2014 yılı için İngilizce, Fransızca ve İspanyolca sürümleri mevcuttur. Hangi dillerin ekleneceği Paydaşlar'ın (WADA'ya imza koyanlar) taleplerine göre belirlenecektir.

## Dopingle M¼cadele Eğitimi ve Yasal Çözümler

ALPHA programı, sekiz basamak içermekte olup, tamamlanması yaklaşık iki saat sürmektedir. Sporcuların basamakları farklı zamanlarda almaları önerilmektedir. Her oturumda elde edilen ilerleme, bir sonraki ziyaret için saklanmaktadır.

Kurs öncesi Dopingle M¼cadele Bilgi Testi, Kurs Sonrası Dopingle M¼cadele Bilgi Testi ile Davranış Anketi yapılarak, programın etkili olup-olmadığı değerlendirilmektedir. " Bir Kişi olarak Siz" Anketi, sporcunun diğer sporculara karşı olan ilgi ve tutumunu ölçmektedir. Cevaplar sadece bir kez verilebilmekte olup; davranış ve ilgi anketinde isim, imza istenmemektedir.

ALPHA sertifikası için % 80 ve üzerinde başarı puanı almak zorunlu olup; 80'in altında kalanların programı tekrarlamaları gerekmektedir.

ALPHA programının ilk altı oturumu, WADA Talimat'ında yer alan Doping Kontrolü, Yer Bilgisi, Tedavi Amaçlı Kullanım İzni ve Sonuçların Yönetimi konuları ile neden doping yapılmaması gerektiğinin tıbbi ve etik yönlerini kapsamaktadır. Yedi ve sekizinci basamaklar ise doping yapma baskısına nasıl direneleceği ve nasıl temiz kalınacağı hususlarında pratik yardım sunmaktadır.

Her oturum, iki sporcunun bir doping meselesini tartıştıklarını gösteren kısa bir senaryo ile başlamaktadır. Bunu, görsel ve işitsel öğretici kısım izlemektedir. Bu bölümde yer alan dopingle mücadele terimleri mavi renkli ve kalındır, imleç bunun üzerine getirilirse o terimin tanımı ve açıklaması ekranda belirmektedir.

Her oturum, iki sporcunun çözümleri; sporcunun temiz kalmasını ve bilgisizlik ile güvenlik açığı nedeniyle dopingli çıkmamasını sağlayacak yol ve seçenekleri gözden geçirdiği bir senaryo ile sona ermektedir.

Programın başlangıç ve bitiminde Adil Yarışma (Play True) Taahhütnamesi ekranda belirlemektedir ve sporcular da bu formu imzalayarak temiz spora olan desteklerini bildirmiş olmaktadır.

### **Sporcular arası Paylaşımlar**

ALPHA programında, elit sporcuların içten ve samimi paylaşımlarının yer aldığı birçok video filmi vardır. Üst düzey sporcuların bu paylaşımları, özellikle bazı başarısızlıkların ve sabretmenin kendi spor hayatlarında oynadığı rolü ve geleceğe dönük olarak yaptığı katkıları kapsamaktadır. Başarısızlıklar sporun bir parçasıdır. WADA Sporcu Komitesi Üyesi Andreeanne Morin, kürek sporunda, sekiz yılın sonunda, katıldığı üçüncü olimpiyatta, ancak gümüş madalya kazanabildiğini anlatmaktadır. Yoğun antrenman dönemleri ile performansta artışların yaşanması fakat yarışmada başarısız olunması sporun doğasında vardır.

### **Gereklilik ve Kabul**

ALPHA programı, sporcunun onayının gereklilikle (akla uygunluk) yakın ilişkide olduğunu farkındadır. WADA Eğitim Müdürü Lea Cleret “Sporcular bir işlemin haklılık ve gerekliliğine ne kadar inanıyorlarsa, onu o kadar çok kabul etmektedirler. Doping kontrolünde yer alan birçok işlemin arkasında yatan gerekçeleri ortaya koyduğunuz zaman, sporcular derhal bağlantıyı kurmaktadır” demektedir.

ALPHA programında yer alan “Muhakeme Mücadelesi” adlı interaktif kart oyununda sporcular, temiz sporun mantıki gerekçelerini doğrulamaktadırlar. Sporculara desteyi karıştırmaları, sonra bir kart seçmeleri söylenmekte; kartta yer alan doping ile ilgili “eğer, sonra” içeren cümlelerin boş bırakılan kısmını en uygun şekilde doldurmaları istenmektedir.

## **Dinamik İkililer: Doğru Çalıştırma, Adil Yarışma ve ALPHA**

WADA'nın ısrarla yürüttüğü elektronik eğitime katılan en son araç ALPHA'dır ve Doğru Çalıştırma, Adil Yarışma Mücadelesi ve Adil Yarışma Testi gibi bölümleri içermektedir.

Dopingle mücadele eğitimi ve farkındalığını güçlendirmek amacıyla, Gençlik Testi ve Adil Yarışma Mücadelesi (13-17 yaş aralığı için) veya Gençlik Testi ve ALPHA ( 18 yaş ve üzeri için) kombinasyonlarının uygulanması kabul görmektedir.

WADA Eğitim ve Program Geliştirme Müdürü Rob Koehler stratejik planı şu şekilde özetlemektedir;

1. WADA Yardım Merkezi, büyük spor yarışmalarında dopingle mücadele farkındalığını arttırmalıdır.
2. Sporcular başvuruyu takiben Adil Yarışma Testi'ni doldurur ve e-posta adreslerini verirler.
3. Kısa bir süre sonra bu sporcular ALPHA sertifikası için e-posta alırlar.
4. Bu sporcular kaydedilirler, programı tamamlarlar ve sertifikalarını alırlar.
5. Altı ay süren yardımcı, destekleyici oturumlar bir sonraki yarışmaya denk gelirse, WADA Yardım Merkezi iki görevi birden yerine getirir; farkındalığı arttırmak ve veri toplamak.

ALPHA programı sporcuları, kendi dünyalarının merkezine koymaktadır. Sporcular, dopingle mücadele yöntemleri hakkında gerekli bilgileri ve risk durumlarının üstesinden gelmeyi öğrenmekte; kendilerini geliştirmek ve temiz yarışmak için gerekli araçlarla donatılmış olmaktadır.