**Советы наставников и подопечных**

**Уважение, партнерство и поддержка**

**Бен Хаак (Ben Haack): атлет-лидер, член правления SOI и консультант SOI — SO Australia**

Постарайтесь относиться к атлету так же, как к любому другому человеку. В любых типичных отношениях между наставником и подопечным ваша цель — попытаться расширить возможности атлета, помочь ему и поддержать его. При этом необязательно гарантировать, что он преуспеет, возьмет на себя управление или что-то в этом роде. Я думаю, это важно. Я также думаю, что с точки зрения ваших отношений очень важна честность. Кроме того, я считаю, что, если вы не знаете человека, нужно попытаться узнать, кто он такой. Попробуйте выяснить его точку зрения и цели.

Со временем ваша цель должна заключаться в таком расширении возможностей атлета, чтобы он нуждался в вас все меньше и меньше. Думаю, это ключевой момент. Постарайтесь довести атлета до такого уровня, когда он сам со временем сможет стать наставником. Будьте честны с ним. Идите рядом с ним, а не впереди. Просто попытайтесь помочь ему достичь его целей и понимания того, чего он хочет достичь.

**Эмануэль Дутра Фернандес де Соуза (Emanuelle Dutra Fernandes de Souza): атлет-лидер, консультант SOI и международных глобальных вестников Сарджента Шрайвера — SO Brazil**

Будьте хорошим слушателем и терпеливы. Такими были все мои наставники, которые помогли мне. Не бойтесь быть самим собой. Всегда старайтесь выслушать атлета, не жалея на это времени. У нас есть много информации, которой мы хотим поделиться, но иногда мы не знаем, как ее передать словами. Попробуйте помочь атлету-лидеру найти новые слова, написав несколько презентаций, это очень поможет.

**Ровена Мэсси (Rowena Massey): наставник — Новая Зеландия**

Вероятно, единственное, чем я могу помочь очень быстро, — это просто быть рядом для поддержки. Вы предусмотрены не для того, чтобы принимать решения за атлетов. Ваша задача — помогать им и поддерживать их, чтобы они стали лучшими атлетами и лучшими людьми, а также просто ставить некоторые цели, придумывать их и идти к ним. Вам не нужно говорить за атлетов, они должны делать это сами. Вам необходимо просто поддерживать их. Вы должны всегда быть готовы оказать атлетам поддержку, будь то на общественном, личном или спортивном мероприятии.

**Развитие и возможности**

**Винсент Мунгаи (Vincent Mungai): наставник — SO Kenya**

В разговорах с атлетом всегда используйте соответствующую терминологию. Руководите атлетом. Возложите на него обязанности, которые он в состоянии выполнять. Предоставьте ему свободу действий, чтобы он мог принимать решения самостоятельно. Я предпочитаю, чтобы наставники проводили обучение коммуникативным навыкам, так как атлет в значительной мере зависит от общения, командной работы и решения его проблем. Только приобретя такие навыки, он сможет добиваться успехов в современном обществе. И, наконец, чтобы быть хорошим наставником, вы должны быть компетентны в вопросах, связанных с ограничением дееспособности, понимать потребности атлета, его сильные стороны, а также направления, в которых ему нужно совершенствоваться.

**Алма Чой (Alma Choi): наставник — SO Macau**

По моему опыту, хороший наставник должен быть другом атлета-лидера. Постарайтесь понять атлета и его лучшие качества, помогите ему достичь своих целей, действуйте смело, проявляйте творческие способности в любое время, не опускайте руки и не давайте слабину.

**Навыки и гибкость**

**Дэвид Томасон (David Thomason) — SO Virginia**

Первое, что приходит на ум, когда я думаю о совместной работе атлета-лидера и наставника, — не забывать, что вы — команда, поэтому важно поддерживать друг друга. На каждую ситуацию, каждую возможность и каждое выступление смотрите по-новому, даже если вы думаете, что знаете, чего ожидать, иначе вы что-то упустите и не сможете максимально использовать представившийся шанс.

И, наконец, я всегда стараюсь быть гибким и адаптируемым, что позволяет максимально использовать появляющиеся возможности. Чем более гибкими вы будете, тем с большей вероятностью сможете воспользоваться такими возможностями.

**Последний слайд.** Для получения дополнительных советов и обучения пройдите тренинг «Спортивное лидерство: курс для наставников» по адресу <https://learn.specialolympics.org>.