

1. Introduction to Harassment and Abuse in Sport:

- Sheldon introduces two questions to engage the audience:
 - Does harassment and abuse occur in sport in your country?
 - Does harassment and abuse occur in your sport?
- Margot adds that research shows harassment can happen in any sport, no matter the background or sport involved.
- The fact that harassment occurs in sport doesn't imply that sport itself is inherently bad, but it reflects broader societal issues that impact sports too.

مقدمة عن المضايقة والإساءة في الرياضة:

- بدأ شيلدون بطرح سؤالين للمشاركة مع الجمهور:
 - هل تحدث المضايقة والإساءة في الرياضة في بلدك؟
 - هل تحدث المضايقة والإساءة في رياضتك؟
- أضافت مارغوت أن الأبحاث أظهرت أن المضايقة قد تحدث في أي رياضة، بغض النظر عن الخلفية أو الرياضة المعنية.
- حقيقة أن المضايقة تحدث في الرياضة لا تعني أن الرياضة بطبيعتها سيئة، بل تعكس القضايا الاجتماعية الأوسع التي تؤثر أيضاً على الرياضة.

2. Sheldon's Personal Experience as an Athlete:

- Sheldon shares his personal experience where, despite initially starting off well, he encountered a coach who sexually abused him for years.
- He recalls the fear and confusion he felt as an athlete, questioning who would believe him and whether he had done something wrong.
- He shares how abuse negatively impacted his mental health, performance, and overall life.
- Sheldon stresses that over 80% of mental health issues worldwide stem from adverse childhood experiences, including harassment and abuse.
- Despite the negative impact, Sheldon reflects on the possibility of recovery and the importance of sharing his message of hope.

تجربة شيلدون الشخصية كرياضي:

- شارك شيلدون تجربته الشخصية حيث بدأ بشكل جيد، ثم التقى بمدرّب قام بالإساءة الجنسية له لسنوات.
- يذكر الخوف والحيرة التي شعر بها كرياضي، متسائلاً من سيصدقني وما إذا كنت قد ارتكبت خطأ.
- يشارك كيف أثرت الإساءة سلبيًا على صحته النفسية، وأدائه، وحياته بشكل عام.
- يؤكد شيلدون أن أكثر من 80% من مشكلات الصحة النفسية على مستوى العالم تتبع من تجارب الطفولة السلبية مثل المضايقة والإساءة.
- رغم التأثير السلبي، يؤكد شيلدون على إمكانية التعافي وأهمية مشاركة رسالته بالأمل.

3. The Role of Education and Awareness:

- Sheldon emphasizes that a major gap in addressing abuse and harassment is knowledge, both in sport and society.
- He highlights how perpetrators often exploit ignorance and indifference in organizations and societies to carry out abuse.
- Education, awareness, and building confidence are key to creating a safer environment for athletes.

دور التعليم والوعي:

- يؤكد شيلدون أن الفجوة الرئيسية في معالجة الإساءة والمضايقة هي المعرفة، سواء في الرياضة أو المجتمع.
- يسلط الضوء على كيفية استغلال الجناة للجهل واللامبالاة في المنظمات والمجتمعات لتنفيذ الإساءة.
- التعليم، والوعي، وبناء الثقة هي مفاتيح لخلق بيئة أكثر أماناً للرياضيين.

4. The Need for **Collective Responsibility**:

- Margot stresses that there is still much work to be done in ensuring a safe environment in sports.
- She emphasizes that everyone has a role in creating a safe sport environment and combating harassment and abuse.
- Throughout the course, participants will learn ways to combat abusive behavior in sport.

ضرورة المسؤولية الجماعية:

- تؤكد مارغوت أنه لا يزال هناك الكثير من العمل الذي يتعين القيام به لضمان بيئة آمنة في الرياضة.
- تشدد على أن لكل شخص دورًا في خلق بيئة رياضية آمنة ومحاربة المضايقة والإساءة.
- طوال الدورة، سيتعلم المشاركون طرقًا لمكافحة السلوكيات المسيئة في الرياضة.