

ΝΑΙ	ΟΧΙ
<p>Δείχνω την προσωπικότητά μου (το να βάζω χαμογελάκια και LOL δεν είναι κακό)</p>	<p>ΔΕΝ μιλάω αρνητικά για αντιπάλους, άλλες χώρες, οργανισμούς, εταιρείες και χορηγούς. Θυμήσου είσαι Πρεσβευτής του Σπορ σου</p> <p>Αποφεύγω τα «καυτά» ζητήματα.</p>
<p>Να θυμάσαι ότι ΟΛΟΙ ΝΑΙ, ΟΛΟΙ σε βλέπουν. Κάνε παύση και σκέψου πριν γράψεις.</p> <p>Η Stephanie Rice (τριπλή χρυσή Ολυμπιονίκης της Αυστραλίας έχασε μεγάλο συμβόλαιο χορηγίας ύστερα από ακατάλληλο σχόλιο στο twitter)</p>	<p>ΜΗΝ ΞΕΧΝΑΣ ότι σε διαβάζουν και οι αντίπαλοί σου. Μπορεί να τους δώσεις προβάδισμα εάν παραδεχτείς λάθη της ομάδας, έλλειψη οργάνωσης, γκρίνιες, χαμηλή αυτοπεποίθηση κλπ.</p> <p>Βρετανός κωπηλάτης παραδέχτηκε ότι κέρδισε τον Αμερικανό αντίπαλό του γιατί διαβάζοντας τα σχόλιά του κατάλαβε ότι είχε πολλές ανασφάλειες, ότι δεν ήταν ανίκητος.</p>
<p>ΝΑ ΕΙΣΑΙ ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ. Ό,τι γράφεις έχει αντίκτυπο στην ομάδα.</p> <p>Ο παίκτης του κρίκετ της Αγγλίας Dimitri Mascarenhas έγραψε αρνητικά σχόλια για έναν τεχνικό της εθνικής ομάδας και τιμωρήθηκε με πρόστιμο £1000.</p>	<p>Μη θεωρείς δεδομένο ότι κάτι που έγραψες και μετά το διέγραψες έχει τελείως εξαφανιστεί. Θέλει κλάσματα δευτερολέπτου κάποιος να το έχει διαβάσει, να το ανακυκλώσει και αυτό να έχει τρομερές συνέπειες.</p>
<p>Μη διστάσεις να εκφραστείς για τις εμπειρίες σου στον αθλητισμό. Εξέφρασε πόσο αγαπάς αυτό που κάνεις. Δείξε ένα αληθινό και ανθρώπινο προφίλ.</p>	<p>Μη δίνεις συγκεκριμένες πληροφορίες για το πού μένεις, πού ακριβώς βρίσκεσαι κλπ.</p>
<p>Να είσαι ειλικρινής. Εάν καταλάβεις ότι έγραψες κάτι λάθος, πες το. Μη διαγράψεις tweet χωρίς να αναφέρεις ότι το έκανες και γιατί το έκανες.</p>	<p>Να γράφεις σε σωστά Ελληνικά. Να αποφεύγεις τα Greeklish και να προσέχεις την ορθογραφία σου.</p>
<p>Να κάνεις κανονική συζήτηση με οπαδούς, θαυμαστές του σπορ κλπ. Όσο πιο πολύ απαντάς, τόσο ανεβαίνει η δημοφιλία σου.</p>	<p>Μη φλερτάρεις δημόσια. Ιδίως εάν είσαι παντρεμένος! (Δες τι έπαθε ο Tiger Woods)</p> <p>Προσοχή στην υπερβολική χρήση. Η Αυστραλέζα Εμιλι Σίμπομ που κατέκτησε αργυρό μετάλλιο στα 100μ. ύπτιο τα έριξε στο facebook και στο twitter που έχασε το χρυσό γιατί ξενύχτησε απαντώντας σε θαυμαστές της.</p>
<p>Εάν κάποιος σε απειλήσει ή σε εκφοβίσει και εκφραστεί με επικίνδυνα σχόλια για σένα και την οικογένειά σου, να το αναφέρεις αμέσως στον προπονητή σου και έπειτα στις αρμόδιες αρχές εάν κριθεί απαραίτητο.</p>	<p>Μην απαντάς σε επιθετικά σχόλια. Αδιαφόρησε για το τρολάρισμα. <u>Επιλένω</u> τις μάχες μου.</p>

(Προσαρμοσμένο κείμενο από τη Δρ. Δικαία Χατζηευσταθίου και βασισμένο στις οδηγίες της Βρετανικής Ολυμπιακής Επιτροπής για τη χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης από τους μετέχοντες στους Ολυμπιακούς και τους Παραολυμπιακούς Αγώνες του Λονδίνου 2012)