



www.bkjarva.nu

**Skapa trygga idrottsmiljöer**



# Innehållsförteckning

Trygg idrott .....	3	Checklista – förebyggande arbete	
<b>Mobbning</b>		Värdegrundsarbete .....	12
Definition av mobbning .....	4	Strategiskt jämställdhetsarbete .....	12
Varför uppstår mobbning inom idrotten? .....	4	Handlingsplan .....	12
Hur kan det förebyggas? .....	4	Nätverk .....	12
Frågor att fundera över .....	5	Identifiera och arbeta med riskzoner .....	12
		Ledare och tränare .....	13
		Uppföljning .....	13
<b>Trakasserier</b>		Handlingsplan – åtgärder i fem steg .....	14
Definition av trakasserier .....	6	<b>Anmälan till socialtjänsten</b>	
Varför uppstår trakasserier inom idrotten? .....	6	Vilken skyldighet har vi att anmäla? .....	16
Hur kan det förebyggas? .....	6	Hur går en anmälan till? .....	16
Frågor att fundera över .....	6	Vad händer efter en anmälan? .....	16
<b>Sexuella övergrepp och sexuella trakasserier</b>		<b>Polisanmälan</b>	
Definition av sexuella övergrepp .....	7	Ordlista .....	17
Våldtäkt .....	7	Olika grader av misstanke .....	17
Sexualbrott enligt lagen .....	8	Steg för steg .....	17
Definition av sexuella trakasserier .....	8	<b>Tillsammans når vi långt</b> .....	18
Varför uppstår sexuella övergrepp och sexuella trakasserier inom idrotten? .....	8	<b>Checklista förebyggande arbete</b> .....	19
Hur kan det förebyggas? .....	8	<b>Handlingsplan</b> .....	19
Registerutdrag .....	8		
Andra delar av förebyggande arbete .....	9		
Frågor att fundera över .....	9		
<b>Våld</b>			
Definition av våld .....	10		
Misshandel .....	10		
Vad säger lagen? .....	10		
Varför uppstår våld inom idrotten? .....	10		
Hur kan det förebyggas? .....	11		
Frågor att fundera över .....	11		

# Trygg idrott

Nästan alla barn och ungdomar är med i en idrottsförening någon gång under sin uppväxt. Att föreningsidrott har så stor plats i många barns och ungdomars liv är dock ett ganska nytt fenomen. Det är först under de senaste decennierna som barn- och ungdomsidrotten har börjat organiseras i större omfattning i föreningar. I en idrottsförening utvecklar vi oss inte bara inom vår respektive idrott utan vi lär oss också mycket annat som vi inte är direkt medvetna om. Denna "dolda inlärning" är ofta mycket effektiv. Det rör sig till exempel om normer, värderingar, ansvar, hänsyn och medbestämmande. I kraft av sin omfattning och popularitet är idrotten därför en mycket viktig fostransmiljö, kanske den viktigaste efter hemmet och skolan.

Idrottsföreningen har bland annat därför en viktig social funktion att fylla i samhället. Vi vet att 9 av 10 barn och ungdomar någon gång under sin uppväxt är medlem i en idrottsförening. Föreningen är för de flesta en positiv miljö där de får göra det de gillar mest och göra det tillsammans med kompisar. För en del barn och ungdomar är föreningen till och med en frizon; en plats där de kan få vara ett tag

och komma bort från det som upplevs som jobbigt, till exempel i hemmet.

Det finns dock inga garantier för att kränkande behandling i någon form inte kan förekomma även i idrotten. Inom idrotten är det både organisationsledarna (styrelsen) med sitt ansvar och tränare/ledare i sin roll som är ansvariga för att skapa säkra och trygga miljöer. År 2009 beslutade RF-stämman att det i RF:s stadgar och i idédokumentet Idrotten vill, ska förtydligas att all barn- och ungdomsverksamhet ska utgå från barnkonventionen och alltid ha ett barnrättsperspektiv. I boken Barnens spelregler (2018) som Riksidrottsförbundet tagit fram tillsammans med BRIS, tydliggörs det vad det innebär.

I det här materialet vill vi definiera begrepp, hjälpa till att skapa en förståelse för varför kränkande behandling kan uppstå, hur vi kan göra för att förebygga problemen så gott vi kan samt förmedla kunskap om vad vi kan göra om kränkande behandling redan har skett. Allt för att kunna erbjuda en trygg idrott för alla oavsett om du är barn, ungdom eller vuxen.



# Mobbning

## Definition av mobbning

Mobbning är kränkande behandling som upprepas under en längre tid. Den kan vara fysisk, som till exempel slag och knuffar men även psykisk, som exempelvis elaka kommentarer, miner och utfrysning. Mobbning definieras och avgörs utifrån den utsattas upplevelser, inte den som utsätter. Att bli mobbad kan innebära stora själsliga sår som kan sitta i hela livet, både för den som utsätts och för dem som står personen nära.

Mobbning är ett samhällsproblem och kan förekomma i många situationer. Det kan bland annat uppstå i skolan, på arbetsplatsen, inom idrotten och på nätet. Enligt organisationen Friends är cirka 60 000 barn i Sverige utsatta för mobbning – det är 1–2 barn/klass. Även bland vuxna är mobbning vanligt förekommande.

## Varför uppstår mobbning inom idrotten?

Det är ganska vanligt att det fokuseras på det individuella perspektivet när det görs försök att förstå och förklara mobbning; anledningarna till mobbning eftersöks hos den som är utsatt eller hos den som utsätter. Men mobbning är komplext och kräver att vi även har ett perspektiv på grupp-, organisations- och samhällsnivå. Dessutom måste vi ha med ett normmedvetet tänkande så vi blir uppmärksamma på vilka osynliga regler som styr i sammanhanget. Olika fall har olika orsaker. Det enda vi kan vara säkra på är att det aldrig är den som blivit utsatt för mobbning som har gjort något fel.

Mobbning är inte bara något som sker mellan två individer. För att få en helhetsbild måste vi lyfta blicken och se till saker som tryggheten i gruppen, ledarskapet i organisationen och normerna i samhället.



### Hur kan det förebyggas?

Idrotten är i grunden en positiv och rolig miljö. Men det finns inga garantier för att inte mobbning kan uppstå ändå. Ett förebyggande arbete är viktigt och det kräver en viss form av långsiktighet. Det finns ett antal punkter som vi bör diskutera tillsammans för att möjliggöra ett långsiktigt förebyggande arbete:

- *Samsyn* – vi som är vuxna ska ha samma syn på vad mobbning är och veta vad vi ska göra om mobbning uppstår. Tränare och ledare måste ha tydliga regler för vad som händer om värdegrunden bryts, vilka roller och ansvar som finns. Föreningen bör ha ett tydligt värdegrundsarbete och det måste finnas såväl checklistor som en handlingsplan, både för att arbeta förebyggande och använda när något har hänt. Allt detta ska hela tiden aktualiseras och alla i föreningen ska veta hur en ska gå tillväga om en själv blir utsatt eller ser att någon annan utsätts för mobbning.
- *Ledarskap* – ett tydligt ledarskap smittar av sig och visar vägen. Inom idrotten börjar ett idé- och värderingsstyrt ledarskap användas allt mer. Där ligger fokus på vem du är och vad du säger, vilket uttrycker sig i det du gör. Det handlar dessutom om att du som ledare bärs av, men även bär upp, en

organisations idé och värderingar, eftersom det avslöjas i det du säger och gör.

- *Gemenskap* – bygger trygghet och stabilitet för alla inom föreningen.
- *Acceptans* – att acceptera varandras olikheter ger även insikt om den styrka som just skapas av olikheter.
- *Förebilder* – den som har en ledande roll i föreningen är också en förebild, vilket det är viktigt att vara medveten om. I rollen som förebild ska vi bland annat visa hur vi ska behandla varandra samt sätta tonen i samtalsklimatet.

#### FRÅGOR ATT FUNDERA ÖVER

- *Hur ser ert värdegrundsarbete ut?*
- *Hur ser ledarskapet ut i er förening?*
- *Kan ni stärka ledarskapet på något sätt?*
- *Hur kan ni göra för att stärka gemenskapen i er förening?*
- *Hur lyfter ni upp era olikheter som styrkor?*
- *Kan ni identifiera vilka förebilder ni har i er förening?*
- *Hur vill ni att de förebilderna ska agera?*



# Trakasserier

## Definition av av trakasserier

Trakasserier är en form av diskriminering och ska ha samband med någon av de sju diskrimineringsgrunderna: kön, könsöverskridande identitet eller uttryck, etnisk tillhörighet, religion eller annan trosuppfattning, funktionsnedsättning, sexuell läggning och ålder.

Det gemensamma för trakasserier är att de gör att en person känner sig förolämpad, hotad, kränkt eller illa behandlad. Trakasserier är ett beteende som är ovälkommet. Det är den som är utsatt för trakasserier som avgör vad som är kränkande. Samma beteende kan uppfattas som trakasserier av en person medan en annan person inte alls behöver bli illa berörd.

## Varför uppstår trakasserier inom idrotten?

I alla föreningar och sammanhang finns en norm att förhålla sig till, oskrivna regler som sätter ramarna för vem som är mest självklar och vem som har svårare att passa in. Normen bärs upp av oss genom manifestationer i form av språkbruk och handlingar, såsom att vi tar vissa saker för givna (t.ex. heterosexuallitet) och använder språkbruk och ord som kan handla om att nedvärdera vissa grupper, för att själva behålla en (makt)position, klättra uppåt i hierarkin, eller bara omedvetet av gammal vana.

Trakasserier har att göra både med vilka som är i majoritet och hur inkluderande miljön är i övrigt. Rasism sker till exempel oftast i ett sammanhang där de flesta har en ljus hudfärg och där normen, det mest självklara och önskvärda, är att ha ljus hudfärg (ofta outtalat).

## Hur kan det förebyggas?

Att diskutera normer och fundera på vad och vem som är mest självklar i föreningen, och vad det går att vara öppen med eller inte (såsom kärleksliv, religionstillhörighet och funktionsförmåga), är ett sätt att förebygga trakasserier.

En viktig del i arbetet med att förebygga trakasserier är att få med både sig själv och individerna; om varje individ tar ansvar för sitt agerande och om vi är medvetna om hur ett normblint arbetssätt kan komma att prägla verksamheten på ett negativt sätt, förebygger vi trakasserier.

Att koppla det förebyggande arbetet till makt är också viktigt, den/de som har en formell maktposition i en förening (t.ex. styrelsen eller tränaren) eller en informell maktposition tack vare att den

tillhör normen, har oftast en bra position att lyfta frågor om olika möjligheter och villkor i en förening.

I en förening där ett förebyggande normmedvetet arbete förekommer minskar risken för trakasserier eftersom kunskap kan vara en väg bort från stereotypisering och i en sådan miljö är det också lättare att upptäcka problemen i ett tidigt skede.

### FRÅGOR ATT FUNDERA ÖVER

- *Vem är mest självklar hos er? Hur präglar det sammanhanget för den/dem som inte är självklara?*
- *Vad går det att skämta om? Skämtas det om vissa grupper av människor? På vilket sätt?*
- *Finns en kultur att säga ifrån när någon går över gränsen?*

*Använd gärna samtalsduken "På spaning för en inkluderande idrott", där ni kan titta in i Idrottens olika rum, som till exempel omklädningsrummet och styrelserummet.*

*Samtalsduken hittar ni på Riksidrottsförbundets utbildningswebb Inkluderande idrott: <https://utbildning.sisuidrottsbocker.se/sisu/generell/organisation/inkluderande-idrott/>*



## Sexuella övergrepp och sexuella trakasserier

### Definition av sexuella övergrepp

Ett sexuellt övergrepp är när någon utsätts för en sexuell handling mot sin vilja. Oavsett hur brottet bedöms i lagens mening är sexuella handlingar mot någons vilja alltid kränkningar mot den som utsätts. Detta gäller även om det inte kan rubriceras som brott enligt lagen eller om polisutredningen läggs ner.

*Exempel på sexuella handlingar som räknas som sexuella övergrepp:*

- Att beröra någons kropp med händerna, munnen eller könet, på ett sätt som personen tycker är skrämmande eller obehagligt.
- Att prata med någon på ett sexuellt sätt som den personen upplever som obehagligt.
- Att tvinga någon att se på när någon gör något sexuellt, till exempel visar sitt kön eller onanerar. Det spelar ingen roll om det är i verkligheten eller online.
- Att göra något sexuellt mot någon som varken kan uttrycka sin vilja eller skydda sig, till exempel för att personen sover eller är full, drogpåverkad, sjuk eller har någon funktionsnedsättning.
- Att utnyttja sitt överläge och få någon att känna att den måste ställa upp på sex.
- Att fota eller filma någon i ett sexuellt syfte, om det är mot personens vilja eller om personen är under 18 år.
- Att försöka köpa eller byta till sig sex eller bilder med hjälp av till exempel pengar, alkohol, presenter eller tjänster.

### Våldtäkt

Våldtäkt är när någon med våld, tvång eller hot tvingar en annan person till samlag eller andra sexuella handlingar som kan jämföras med samlag.

Enligt lagen krävs det oftast att förövaren fört in penis, fingrar eller något annat föremål i någon kroppsöppning, eller tvingat den utsatta att utföra eller ta emot oralsex, för att gärningen ska benämnas som våldtäkt.

Det krävs antingen våld, hot eller tvång för att en gärning ska klassas som våldtäkt. Det är dock bra att veta att det inte krävs mycket våld för att det ska benämnas så. Det kan räcka med att bli fasthållen. Ett hot behöver inte vara något som har sagts utan det kan räcka med att det var en hotfull situation.

Det är alltid fråga om våldtäkt om den utsatta var yngre än 15 år när övergreppet begicks. Brottet är då våldtäkt mot barn, även om det inte har förekommit våld eller hot och även om det funnits samtycke.

Det räknas också som våldtäkt att göra något sexuellt med någon som befinner sig i en utsatt situation eller hjälplöst tillstånd, exempelvis om personen är påverkad av alkohol eller droger, sover eller är medvetslös. Begreppet kan också betyda att personen inte kan skydda sig på grund av funktionsnedsättning, sjukdom, skada eller allvarlig rädsla.



### Sexualbrott enligt lagen

- våldtäkt
- sexuell tvång
- sexuell utnyttjande av person i beroendeställning
- våldtäkt mot barn
- sexuell utnyttjande av barn
- sexuell övergrepp mot barn
- samlag med avkomling (incest)
- utnyttjande av barn för sexuell posering
- köp av sexuell handling av barn
- sexuell ofredande
- kontakt med barn i sexuell syfte (grooming)
- köp av sexuell tjänst
- koppleri (främja eller förmedla prostitution)

### Definition av sexuella trakasserier

Sexuella trakasserier är en form av diskriminering. När en person blir utsatt för kränkande behandling eller bemötande av sexuell natur som kränker den utsattas värdighet och/eller personliga integritet räknas det som sexuella trakasserier. Ett exempel kan vara när en person blir utsatt för fysisk beröring, blickar eller kommentarer som personen ifråga själv upplever som kränkande. Många fall av sexuella trakasserier är straffbara enligt paragraferna i sexualbrottslagstiftningen.

### Varför uppstår sexuella övergrepp och sexuella trakasserier inom idrotten?

Sexuella övergrepp och sexuella trakasserier förekommer tyvärr i hela samhället. Forskning, bland annat i form av intervjuer med förövare som genomförts av Nationellt centrum för kvinnofrid



(NCK) vid Uppsala universitet, har visat att övergreppen i grunden inte handlar om sexualitet utan om andra saker, som makt och dominans. Sexuellt våld kan därför bidra till att skapa och upprätthålla en bristande jämställdhet mellan män och kvinnor. Det gäller inte bara i den nära relationen utan även i samhället i stort.

Inom idrotten kan det finnas riskfaktorer såsom nära relationer, att stå i beroendeställning till någon, exempelvis relationen aktiv-tränare. Inom vissa idrotter reser vi mycket och då ofta utan föräldrar och andra anhöriga, vilket kan innebära en risk. Andra riskmiljöer är exempelvis omklädningsrum som lämnas oövervakade av vuxna. Förövaren är inte alltid en vuxen person, även barn kan utsätta varandra för olika former av övergrepp, bland annat för att befästa sin egen position i ett lag eller för att upprätthålla sin status i en grupp.

Statistik från BRÅ (Brottsförebyggande rådet) visar att de allra flesta förövare är män. Både män och kvinnor utsätts för olika former av sexuella övergrepp, men förövaren är i båda fallen oftast en man.

### Hur kan det förebyggas?

Att arbeta förebyggande med sexuella övergrepp och sexuella trakasserier behöver inte vara svårt även om det är ett tungt och svårt ämne. Att stötta barn och ungdomar och bidra till att den verksamhet de befinner sig i är trygg och positiv handlar både om att stärka det som är bra och förebygga det som är dåligt. Som förening behöver ni se till att er styrelse och era ledare har den kunskap och trygghet de behöver för att arbeta förebyggande, till exempel med ett strategiskt jämställdhetsarbete. Det handlar om information, diskussion och stöd. Det handlar om ledning och organisation, men det handlar också om mod.

### Registerutdrag

Enligt lag har en förening rätt att begära att den som ska arbeta med eller på annat sätt ha kontinuerlig och nära kontakt med barn ska uppvisa ett begränsat registerutdrag från Polisen. I detta registerutdrag går det att se om personen är dömd för något av våra allra grövsta brott: mord, dråp, grov misshandel, människorov, samtliga sexualbrott, barnpornografibrott eller grovt rån.

Att begära in dessa utdrag är en del av ett förebyggande arbete och något som bör gälla lika för alla, oavsett hur länge en person verkat i en förening eller hur väl man känner varandra.



Det är viktigt att skapa en rutin för att med viss regelbundenhet kontrollera utdragen, exempelvis vartannat år.

Att begära in utdragen är inte särskilt komplicerat, det är den som utdraget avser som själv begär ut det hos Polisen, vederbörande ska sen lämna det öppnade kuvertet till de personer som styrelsen utsett för kontroll. Därefter antecknas med en bock i en lista att man mottagit utdraget. Utdraget ska lämnas tillbaka till berörd person eller förstöras enligt överenskommelse. Utdraget får aldrig sparas på något sätt. Lagen säger inget om hur ni som förening ska agera om personen har begått något brott som syns i registerutdragen. Tänk dock på att alltid sätta barnets bästa i främsta rummet när ni fattar ert beslut.

Det finns en punktlista om registerutdrag på sidan 13.

#### Andra delar av förebyggande arbete

Som förening behöver ni prata om sexuella övergrepp och sexuella trakasserier. Ni behöver undersöka och skapa er en bild av hur situationen och strukturen ser ut i just er förening, och vara medvetna om att det som visat sig fungera i andra föreningar kanske inte fungerar lika bra i er förening.

*Några saker att tänka på:*

- Prata om frågorna på ett konstruktivt sätt utan att få någon att känna sig utpekad som potentiellt offer eller förövare. Det är viktigt för att skapa en öppen-

het i föreningen.

- Se till att ledare, tränare och styrelse är utbildade i frågorna. Det är lika viktigt för att kunna tolka signaler och tidigt upptäcka om något inte står rätt till.
- Försök ha flera vuxna närvarande, exempelvis två ledare på träningen eller i omklädningsrummet. Gärna en blandning av kvinnor och män. Finns det inte möjlighet att ha flera ledare kanske det finns föräldrar som kan vara med och hålla ett öga i stället?
- Anta ett lösningsinriktat förhållningssätt och tänk alltid på barnens bästa.

#### FRÅGOR ATT FUNDERA ÖVER

- *Hur kan ni börja prata med varandra och era medlemmar om sexuella övergrepp och sexuella trakasserier?*
- *Hur hanterar ni övernattningar och resor för att undvika att någon blir utsatt?*
- *Hur skapar ni en rutin för hanteringen av registerutdrag?*
- *Hur vill ni att kontakten mellan ledare-tränare-aktiva ska se ut på nätet och i sociala medier?*
- *Hur kan ni på bästa sätt trygga er vardagliga miljö för att minska risken för övergrepp?*



# Våld

## Definition av våld

Till våld räknas alla handlingar mot annan person som skadar, smärtar, skrämmer eller kränker. Det kan också vara en handling som får en person att göra något mot sin vilja eller avstå från att göra något som hen vill.

Våld kan vara allt från skojbråk och knuffar, till grov misshandel och mord, men även kränkningar och övergrepp kan falla in under begreppet.

## Misshandel

Till misshandel räknas att tillfoga en annan person kroppsskada, sjukdom eller smärta, eller att försätta personen i vanmakt eller något annat liknande tillstånd.

*Det finns tre olika grader av misshandel:*

- Ringa misshandel kan till exempel vara en örfil, en lättare spark eller att knuffa någon så att denne slår sig.
- Misshandel av normalgraden kan vara att skada någon så att denne exempelvis får ett sår, bryter ett ben eller slår ut en tand, men det kan också vara att raka av håret på någon. Att försätta någon i vanmakt eller annat liknande tillstånd innebär bland annat att personen förlorar sin kroppsliga kontroll, exempelvis genom att bli drogad.
- Till grov misshandel räknas livsfarlig misshandel med till exempel kniv, yxa eller skjutvapen. Om våldet är särskilt hänsynslöst räknas det också som grovt. Det kan till exempel vara att sparka på någon som ligger eller att många personer tillsammans

misshandlar någon som är hjälplös. Även spridning av vissa sjukdomar, till exempel HIV, räknas som grov misshandel.

## Vad säger lagen?

*Exempel på brott som innefattar eller kan innefatta våld:*

- mord
- dråp
- vållande till annans död
- misshandel
- vållande till kroppsskada
- personrån
- sexualbrott (exempelvis våldtäkt)
- olaga hot
- ofredande

## Varför uppstår våld inom idrotten?

I ett flertal idrotter förekommer ett visst mått av våld som en naturlig del av spelet. Det är helt enkelt något som är accepterat och som finns reglerat i våra olika tävlingsbestämmelser. Men även om ett visst mått av våld är accepterat så är det aldrig okej att gå över gränsen. Inom idrotten är det ibland otydligt för den enskilde var gränsen går, vilket ökar risken för att utsättas för våld som inte ryms inom ramen för spelet.

Överallt i samhället finns normer, oskrivna regler, som de flesta förhåller sig till och som fördelar makt mellan människor. Normer sätter ramar som inkluderar vissa men exkluderar och begränsar möjligheterna för andra.



Inom vissa idrotter är det exempelvis norm att vara stor, stark och tålig. Det kan bidra till en osund machokultur där riskerna för olika typer av våld ökar. Det kan även vara det rakt motsatta där normen är att vara liten, smal och smidig. Träningsmetoder kan då ibland riskera att gå över gränsen för att uppnå det förväntade idealet.

#### Hur kan det förebyggas?

En viktig del av det förebyggande arbetet handlar om tydlighet. Det måste vara klart för alla i föreningen vad som är okej inom ramen för aktuell idrott och vad som är att gå över gränsen.

Att ta upp och reflektera kring normer som råder inom den specifika idrotten eller i just er förening och hur ni både förhåller er till dessa normer och arbetar med dem, är en viktig del i ett förebyggande arbete. Att bli medveten om de normer som styr samt att medvetandegöra andra är viktiga pusselbitar för att i ett tidigt skede kunna förebygga våld.

Ett annat bra sätt att förebygga våld är att tidigt reagera och ingripa när barn och ungdomar använder ett grovt språk eller kränker varandra på olika sätt. Forskning visar att i miljöer där heterosexism och grabbjargong förekommer, det vill säga konsekvent nedvärderande av femininitet och homosexualitet, och där det är norm att försöka hitta varandras svagheter, ökar benägenheten att unga tar till våld. Särskilt om de förekommer i miljöer där det samtidigt handlar om att prestera och att inte backa, visa sig svag eller osäker, vilket stämmer in på många av

våra idrottsmiljöer. Att förebygga våld handlar därför om språkbruk, jargong och människosyn: Vad är det som uttrycks? Genom samtal med barn och ungdomar om hur vi förväntas vara mot varandra kan vi i stället skapa en kultur som i förlängningen minskar risken för våld.

En viktig del är också att se över vilka riskmiljöer som finns. Omklädningsrummet är en klassisk riskzon för våld mellan barn och ungdomar. Identifiera era specifika riskzoner och försök ha en hög närvaro av vuxna i de miljöerna. Försök att alltid vara två vuxna, om det inte finns någon extra ledare kanske några föräldrar kan ställa upp. Respektera barnens integritet i omklädningsrummet, men var samtidigt uppmärksam på vad som händer.

#### FRÅGOR ATT FUNDERA ÖVER

- *Vilka regler gäller hos er då det gäller våld?*
- *Finns det någon form av våld som är accepterat i er idrott?*
- *Var går gränsen mellan det "accepterade" våldet och det "oaccepterade" våldet?*
- *Kan ni identifiera några riskzoner i er förening?*
- *Kan ni göra något för att ta bort eventuella riskzoner?*



# Checklista – förebyggande arbete

I detta avsnitt tar vi upp ett antal viktiga punkter som bör finnas med i föreningens förebyggande arbete att skapa trygga idrottsmiljöer.

På sidan 19 återfinns en checklista med checkboxar. Använd gärna den som ett stöd i arbetet.

## Värdegrundsarbete

En tydligt definierad värdegrund som genomsyrar hela föreningen är en viktig del i att skapa en trygg idrott. Värdegrunden är de värderingar och ställningstaganden föreningen kommit överens om och som ska gälla alla medlemmar.

*Svensk idrotts värdegrund vilar på fyra grunder (som ni kan välja att utöka med ord/värden som är särskilt viktiga för er förening):*

- Glädje och gemenskap
- Allas rätt att vara med
- Rent spel
- Demokrati och delaktighet

För att värdegrunden ska få fäste i er förening är det bra om så många som möjligt är involverade i att ta fram och utveckla den. Värdegrunden behöver vara "aktiv", det vill säga att den är nedbruten i handlingar. Vilka handlingar är det som gör skillnad mellan människor? Vad är ett önskvärt beteende? Hur vet ni om ni själva gått över gränsen? Om det sker, vad ska ni göra då? Var vänder sig en person som blivit utsatt för något som inte känns bra?

Regelbundna samtal kring värdegrunden med olika målgrupper i föreningen (aktiva, föräldrar, ledare, styrelse) är viktigt för att skapa en trygg miljö där alla delar samma grundsyn. Kontakta ert SISU-distrikt för att få hjälp med det. Ett bra verktyg i värdegrundsarbetet är den utbildningswebb som Riksidrottsförbundet har tagit fram om Inkluderande Idrott: <https://utbildning.sisuidrottsbocker.se/sisu/generell/organisation/inkluderande-idrott/>

## Strategiskt jämställdhetsarbete

Strategiskt jämställdhetsarbete kan till exempel handla om att ta sig an frågan på ett organisatoriskt plan. Istället för att utse en person som ensam ska ansvara för jämställdhet och bära frågan kan man komplettera med att fundera på vilka positioner/roller som kan hjälpa arbetet framåt och integrera frågan i dessa. Ett annat redskap är att använda sig av 4R-metoden som beskrivs på inkluderande webben. Den handlar om att kartlägga och titta på i turordning Representation, Resurser, Realia och Realisera.

Att arbeta strategiskt med jämställdhetsarbete handlar också om att ha ett långsiktigt perspektiv och se över maktstrukturer och rekryteringsmetoder.

## Handlingsplan

Bygg upp föreningens handlingsplan så att ni är rustade om något skulle hända. Identifiera redan i det förebyggande arbetet vilken person som har vilket ansvar under de olika stegen i handlingsplanen. Se till att handlingsplanen alltid är uppdaterad och att de personer som finns nämnda där är medvetna om sitt ansvarsområde. Bygg även upp en plan över vilka rutiner ni som förening vill ha då det gäller uppföljning av eventuella incidenter. På sidan 19 finns en handlingsplan med checkboxar som ni kan använda er av. Behöver ni mer stöd så vänd er till ert SISU-distrikt.

## Nätverk

Det är bra om föreningen har tillgång till ett brett kontaktnät om något oönskat utifrån de områden som behandlas i materialet skulle inträffa.

*Exempel på personer eller funktioner som är bra att ha kontaktuppgifter till:*

- Kommun: Socialtjänst och Barn- och ungdomsverksamheten (eller liknande). Ni kan även kolla upp om just er kommun erbjuder krishanterings- och samtalsstöd.
- Landsting: BUP (Barn- och ungdomspsykiatri).
- Polis: Kommunpolisen.
- Kvinnojourer: Unizon och ROKS.
- Riksidrottsförbundet: Ansvarig för Trygg Idrott.
- Riksidrottsförbundets distrikt: Sakkunnig i barn- och ungdomsfrågor.
- Ideella organisationer som finns representerade i er kommun: BRIS, Rädda Barnen, UNICEF, Friends med flera.
- Organisationer som arbetar med hederskultur och hedersrelaterat våld. Ni kan hitta förslag på organisationer på [www.hedersfortryck.se](http://www.hedersfortryck.se)
- Ideella organisationer som jobbar med inkludering och normer: RFSL och Make equal.
- Ideella organisationer som jobbar med frågor om manlighet: Män för jämställdhet och FATTA man.

## Identifiera och arbeta med riskzoner

Försök identifiera var i er förening det finns risk för att mobbning, trakasserier, sexuella övergrepp och våld skulle kunna uppstå, som till exempel omklädningsrum, under resor och på sociala medier. Diskutera hur ni tillsammans kan minimera de risker som identifieras.

### Ledare och tränare

Att vara ledare och tränare är ett förtroendeuppdrag och ingen rättighet. För att föreningen ska känna sig trygg med de personer som får ett förtroendeuppdrag, kan exempelvis följande verktyg användas:

#### Registerutdrag

- Visar de allvarligaste brotten – ej fortkörningar, skattebrott eller liknande.
- Försvarar för förövare.
- Ska begäras ut regelbundet, exempelvis vartannat år.
- Personen som är berörd begär själv ut sitt utdrag från Polisen.
- Personen lämnar registerutdraget i öppnat kuvert till de personer som styrelsen utsett.
- Ansvariga personer bockar av i en lista att personen lämnat sitt registerutdrag.
- Ansvariga personer lämnar tillbaka registerutdraget till berörd person efter kontroll, alternativt förstör det efter överenskommelse. Utdraget får absolut INTE arkiveras på något sätt.

#### Om registerutdraget inte är tomt

Lagen säger inget om hur ni som förening ska agera om personen har begått något brott som syns i registerutdragen. Tänk dock på att alltid sätta barnets bästa i främsta rummet när ni fattar ert beslut. Om registerutdraget visar domar som rör sexualbrott, barnpornografibrott, mord, dråp och olaga tvång får de av styrelsen utsedda ta ett samtal med personen och förklara att arbete med barn inte är lämpligt med den historiken. Behöver ni stöd i detta samtal kan distriktets sakkunniga i barn- och ungdomsfrågor, eller den som är ansvarig för Trygg Idrott på Riksidrottsförbundet, vara till hjälp. För övriga brott kan de av styrelsen utsedda öppna upp för en dialog i föreningen och med personen i fråga om lämpligheten med att arbeta med barn.

#### Referenstagning

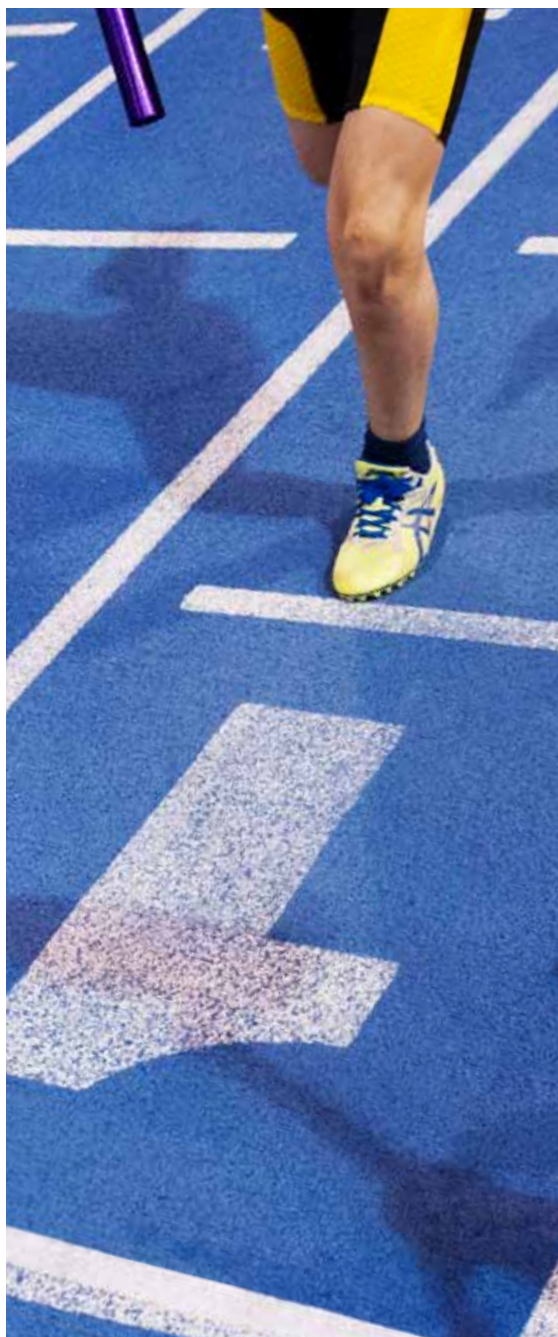
Det är viktigt att kontrollera om en i föreningen ny ledare/tränare tidigare har verkat i någon annan förening. Om så är fallet är det lämpligt att ta referenser på personen från den tidigare föreningen. Ställ relevanta frågor och försök ta reda på hur hen har fungerat i sin tidigare roll. I arbetslivet är referenstagning en självklar del av en rekryteringsprocess och om vi använder det som ett verktyg inom idrotten så kan vi lättare upptäcka om det är något som inte stämmer.

### Utbilda

Erbjud ledarna och tränarna att läsa mer om ämnet. Det finns många bra fördjupningsmaterial att ta hjälp av. Ta kontakt med ert SISU-distrikt för att få hjälp att hitta rätt.

### Uppföljning

Kontrollera årsvis att checklisten är aktuell och att den efterlevs. Ett tips är att regelbundet föra in den på styrelsens dagordning för uppföljning.



## Handlingsplan – åtgärd i fem steg

**1.** Skaffa en bild av läget. Vad har hänt? Vilka är inblandade? Är det akut så se till att säkra miljön för den som är utsatt. Undvik att själva försöka utreda vad som hänt i det här steget. Om det blir ett polisärende är det viktigt att ni inte har påverkat inblandade personer.

*Om den utsatta är ett barn är det viktigt att tänka på följande:*

- Ta omedelbart kontakt med föräldrarna. Om problematiken misstänks finnas inom den utsattes familj ska socialtjänsten istället kontaktas.
- Identifiera om kontakt med socialtjänst behövs för att stötta barnet.

*Om förövaren finns i föreningen är det viktigt att tänka på följande:*

- Har förövaren ett förtroendeuppdrag i någon form, ska den personen ta time out under eventuell utredning.
- Är förövaren ett barn är föräldrdialog mycket viktigt. Kan händelsen rubriceras som ett lagbrott – anmäl också till Socialtjänsten.

**2.** Är det ett brott? Om ja, polisanmäl. Vid osäkerhet kontakta polisen för rådgivning. Se mer nedan under avsnittet om polisanmälan (på sidan 17).

Om det inte är ett lagbrott, undersök om det kan vara ett brott mot era eller Riksidrottsförbundets stadgar. Om ja, anmäl till berört specialidrottsförbund.

Om det varken är ett lagbrott eller stadgebrott så bör ni själva försöka reda ut vad som hänt och sedan följa resterande steg i handlingsplanen. Känner ni er osäkra så ta kontakt med ert SISU-distrikt eller kontaktpersonen för Trygg idrott på Riksidrottsförbundet.

**3.** Identifiera vilket behov av stöd som finns hos den utsatta, tränare, föreningsstyrelse, eventuellt andra inblandade och eventuell förövare. Här är det nätverk som ni tagit fram under ert förebyggande arbete ett mycket viktigt verktyg.

**4.** Identifiera vilka som behöver information om det som hänt samt vilken form av information det ska vara. Tänk på den personliga integriteten, alla behöver inte veta allt.

**5.** Följ den rutin som ni byggt upp under det förebyggande arbetet för att följa upp det som hänt.





## Anmälan till socialtjänsten

Samhället har ett ansvar för att göra en insats när föräldrar och vårdnadshavare inte klarar av att ge barn det de behöver, eller då de står maktlösa inför en situation där barn far illa. Barn har enligt lag rätt till omedelbart skydd och ska erbjudas olika former av hjälp och stöd. Kommunens socialnämnd har huvudansvaret för att erbjuda det stödet och socialtjänsten är den som ska förverkliga så stödet kommer barnet till gagn.

### Vilken skyldighet har vi att anmäla?

Alla som misstänker att ett barn far illa bör anmäla det till socialtjänsten. Det står i socialtjänstlagen. Personer som arbetar i hälso- och sjukvård, skolan samt i socialtjänsten är skyldiga att anmäla misstänke. Idrottsledare och tränare är alltså inte skyldiga att anmäla, men bör alltid anmäla sina misstankar så att socialtjänsten får möjlighet att utreda om barnet har behov av stöd och skydd.

### Hur går en anmälan till?

Det finns ingen mall över hur en anmälan till socialtjänsten ska gå till. Den som vill anmäla tar en kontakt med kommunens socialtjänst under arbetstid. Finns det behov av att göra en anmälan kvällstid eller under helger så finns socialjouren. Den som anmäler kan vara anonym, men om hen talar om sitt namn gäller inte anonymiteten längre. Det kan

ändå vara bra att lämna sitt namn och kontaktuppgifter då socialtjänsten kanske behöver återkomma med uppföljande frågor eller dylikt. Den som känner sig osäker på om hen ska göra en anmälan eller inte, kan ta kontakt med socialtjänsten anonymt och rådgöra med dem utan att berätta vilket barn det berör.

Socialtjänsten kan även hjälpa till med andra saker, som till exempel att göra en polisanmälan (om det är aktuellt) eller att ta barnet till läkaren (om det skulle behövas). Socialtjänsten kan även ge den som anmäler råd och stöd hur hen ska agera. De kan också erbjuda medling mellan det utsatta barnet och förövaren, vilket kan vara aktuellt vid till exempel mobbning.

### Vad händer efter en anmälan?

När en anmälan kommit in till socialtjänsten ska de direkt göra en bedömning om barnet är i behov av omedelbart skydd och omhändertagande. Vidare fattas beslut om en utredning ska göras eller inte. En utredning ska ske inom 14 dagar. Om det finns misstankar om övergrepp, våld eller annat brott, ska utredningen inledas direkt. Utredningen får pågå max fyra månader. Förälder eller vårdnadshavare blir som regel direkt kontaktad då en anmälan har gjorts. Om anmälaren valt att vara anonym, nämns inte hen vid namn.

Privatpersoner som anmäler har rätt att få en bekräftelse på att anmälan tagits emot och av vem, men ingen mer information kan ges. Undantag är om berörda personer givit sitt samtycke till att mer information lämnas ut. Det innebär att anmälaren ibland kan känna sig utestängd från processen. Det hen kan göra då är att kontakta socialtjänsten för att få en beskrivning hur de arbetar generellt och råd/stöd i hur hen nu ska agera.

Öppna insatser är den vanligaste insatsen för barn som far illa. Det kan vara en kontaktperson eller kontaktfamilj till barnet eller ett öppenvårdsprogram av något slag. I vissa fall kan insatsen bli att barnet placeras utanför hemmet, i ett familjehem eller ett hem för vård och boende.

Socialtjänstens grund för sitt arbete och insatser är frivillighet, självbestämmande, integritet och samarbete. Men då samtycke inte finns har de en skyldighet att ge barn det stöd och skydd som behövs. Socialtjänsten ska alltid verka för samverkan, både då det gäller de samhällsövergripande frågorna och då en anmälan görs.





## Polisanmälan

Vem som helst kan anmäla ett brott till Polisen. Det behöver inte vara den utsatte själv eller någon som bevittnat händelsen. Det räcker att händelsen kommit till ens kännedom. Om en föreningsledare, tränare eller ledare får reda på att något har hänt som skulle kunna vara ett lagbrott, är rekommendationen att kontakta Polisen som kan avgöra om så är fallet.

Vid en anmälan finns några generella saker som kommer att efterfrågas: personuppgifter på den som utsatts för brottet, om det finns någon misstänkt, en kort sammanfattning av händelsen och hur den kommit till ens kännedom samt var det har inträffat. Anmälaren får även uppge egna personuppgifter, men kan också undvika det genom att i stället ange en juridisk person som anmälare, exempelvis föreningen. En kontaktperson måste dock uppges, men hen behöver inte figurera med personnummer.

### Ordlista

*Förundersökning:* Polisens utredning av ett brott

*Målsägande:* Den som är utsatt för ett brott

*Anmälare:* Den som anmäler brottet till Polisen

*Misstänkt:* Den som kan misstänkas ha utfört brottet

*Vittne:* Den som har sett eller hört något i anslutning till brottet eller på annat sätt kan lämna upplysningar som är av intresse för utredningen.

*Annan:* Någon som inte hör till någon av kategorierna ovan men som ändå är intressant för utredningen av något skäl.

### Olika grader av misstanke

*Anledning att anta* – Det lägsta kravet för att Polisen ska kunna inleda en förundersökning. Det ska finnas anledning att anta att ett brott har begåtts. Det är en väldigt låg grad och det behövs i princip bara en uppgift om att något som enligt lag är ett brott påstås ha skett.

*Kan misstänkas* – Den lägsta misstankegraden som riktas mot person. Det krävs någon konkret omständighet för att en person ska anses misstänkt, men inga övriga bevis behövs.

*Skälig misstänkt* – Är nästa steg i trappan och en betydlig höjning från misstankegraden kan misstänkas. Här krävs det att sannolikheten för att personen har begått brottet är större än att det är någon annan som är skyldig. Det krävs någon typ av bevisning eller indicier som pekar åt samma håll för att uppnå denna grad av misstanke.

*På sannolika skäl misstänkt* – Detta innebär ytterligare en höjning av beviskraven. Den bevisning som finns behöver vara konkret och riktas mot en specifik person. Det kan handla om exempelvis DNA från den misstänkte som kan kopplas till brottet.

### Steg för steg

- Vid akuta händelser ring 112 – begär Polisen.
- Vid anmälan ring 114 14 eller besök närmaste polisstation.
- Ha relevant information till hands vid anmälnings-tillfället.
- Anmälare kan vara antingen en fysisk person eller en juridisk person.
- Efter att anmälan är gjord kommer en kopia på anmälan automatiskt skickas till den som är målsägande i ärendet.
- Om polisen inleder en förundersökning kommer de att börja med att hålla förhör med målsäganden.
- Om ärendet leder till åtal så blir förundersökningen offentlig. Vem som helst kan då begära ut uppgifter från den, alternativt protokollet, i sin helhet. Materialet sekretessprövas dock vid behov.



## Tillsammans når vi långt

Det här materialet har tagits fram som en vägledning i arbetet med de frågor som kan uppfattas som tunga och svåra. Vi bedriver idrott i föreningar för att ha roligt, må bra och utvecklas hela livet. För att kunna göra det behöver Idrotten ha nolltolerans mot alla former av trakasserier och övergrepp. För att svensk idrott ska nå sin vision och bli världens bästa på alla nivåer krävs att alla tar sitt ansvar för att bidra till en trygg och inkluderande idrott för alla. Målet är att alla som idrottar ska kunna utvecklas både fysiskt, psykiskt och socialt. En trygg idrott lägger grunden till precis det.

*Ingen kan göra allt men alla kan göra något. Idrottens värdegrund bygger på följande hörnstenar:*

- Glädje och gemenskap
- Demokrati och delaktighet
- Allas rätt att vara med
- Rent spel

Om vi tillsammans omsätter värdegrunden i handling så har vi nått en lång väg mot en idrott i världsklass.



Materialet är framtaget i samarbete med SISU Idrottsutbildarna och kan med fördel användas som studiematerial.

## Checklista förebyggande arbete

Den här checklistan kan få stöd i texten på sidan 12–13.

- Värdegrundsarbete
- Strategiskt jämställdhetsarbete
- Handlingsplan
- Nätverk
- Riskzoner
- Ledare/tränare
- Registerutdrag
- Referenstagning
- Utbilda
- Uppföljning

## Handlingsplan – om något oönskat har hänt

Den här handlingsplanen kan få stöd i texten på sidan 14.

- Vad har hänt?
- Vilka är inblandade?
- Är det ett lagbrott?
- Är det ett stadgebrott?
- Vilket stöd behövs hos den som har blivit utsatt?
- Vilket stöd behövs hos tränare?
- Vilket stöd behövs i styrelsen?
- Vilket stöd behövs hos andra inblandade?
- Vilket stöd behöver förövaren?
- Vilka behöver information?
- Vad för form av information behöver de?



# Riksidrottsförbundet

Idrottens hus, 114 73 Stockholm | Tel: 08 - 699 60 00 | Fax 08 - 699 62 00  
E-post: riksidrottsforbundet@rf.se | Hemsida: www.rf.se