

1. JANUAR 2021



Slemmestad idrettsforening

- Arbeid for et inkluderende idrettsmiljø



SIFs arbeid for et inkluderende idrettsmiljø

Slemmestad idrettsforenings verdigrunnlag er fellesskap, glede, helse, lojalitet og ærlighet. For å sikre at verdiene blir ivaretatt har SIF utarbeidet dette dokumentet.

Et godt idrettsmiljø innebærer trygghet, trivsel, inkludering, mestring og utfordringer. Det er alle medlemmers ansvar å skape et godt idrettsmiljø.

Holdningene til foreningen skal være kjent for alle. Ingen former for krenkelse, som trakassering, vold, diskriminering, rasisme eller mobbing skal tolereres i Slemmestad Idrettsforening. I foreningen skal vi arbeide aktivt for et godt psykososialt miljø. Dette er viktig og skal være en selvfølgelig del av vårt arbeid.

Det skal ikke være tvil om at alle som er tilknyttet Slemmestad idrettsforening har et ansvar for å forebygge og stoppe alle former for krenkelse.

For å skape et trygt og godt idrettsmiljø:

- er vi en organisasjon som har fokus på et inkluderende fellesskap
- skal alle bidra til at utøvere og trenere/ledere føler tilhørighet
- skal alle bidra til vi-følelse (samhold)
- hilser vi på hverandre
- er alle som er tilknyttet idrettsforeningen gode forbilder, også digitalt
- etableres det en felles forståelse med foreldre/foresatte og aktive om foreningens holdning; at det er nulltoleranse for alle former for krenkelse (som mobbing, trakassering, vold, diskriminering, rasisme)
- har vi har fokus på god, trygg og tydelig ledelse
- snakker trenere/ledere regelmessig med utøverne om hvordan vi sammen kan skape et godt miljø
- er vi bevisst på hvordan vi snakker til hverandre
- varsler vi dersom vi oppdager/opplever krenkelser
- spør vi om det mistenkes at noen i gruppa ikke har det bra
- gir vi hverandre støtte og oppmuntring
- har trener/ledere/styret oppfølging på hvert møte hvordan situasjonen er i miljøet

Hva forventer Slemmestad IF at trenere/ledere, utøvere og foreldre gjør for å skape et godt idrettsmiljø:

- at Fair Play-reglene overholdes
 - at alle bidrar til trygghet, trivsel, inkludering og mestring
 - at vi gir hverandre ros, viser respekt, tar ansvar og samarbeider
- a) Som trenere/ledere betyr blant annet dette:
- at det er din oppgave å skape relasjon til/med utøverne
 - sørger for at utøverne har det trygt og godt
 - er et godt forbilde



- er tydelig og forutsigbar
- ser hver enkelte, samtidig hele gruppa
- gir positiv, konkret og konstruktiv veiledning og tilbakemelding tilpasset alder
- snakker med respekt til andre, og gir tilbakemelding til utøvere og foreldre dersom det vises krenkende språk.
- formidler forventinger til utøverne og foreldrene/foresatte, både idrettslige og sosiale
- lager en konkret plan hver sesong sammen med utøverne og foreldrene på hvordan gruppa kan skape et inkluderende idrettsmiljø. Planen skal evalueres.
- ha et tett samarbeid med foreldre/foresatte

b) Som utøvere betyr dette blant annet:

- at du snakker positivt om og til de andre
- at du tenker over hvordan du snakker og viser kroppsspråk til andre
- at du hilser på de andre utøverne og trener/leder
- at du sier fra om du ser at noen ikke har det bra og/eller opplever noe som er ubehagelig (til for eksempel trener/ledere, foreldre/foresatte)
- at du deltar aktivt for å skape et godt miljø i gruppa, ved for eksempel å gi ros og inkludere andre

c) Som foreldre/foresatte betyr blant annet dette at du skal være et godt forbildet ved å:

- framsnakke, gi ros og oppmuntring
- bidra med å skape vi-følelse; bli kjent og vise engasjement for hele gruppa/laget
- delta på foreldremøter
- sette deg inn i og etterstrebe *Hvordan være en god idrettsforelder* – Olympiatoppens 9 anbefalinger:

<https://www.olympiatoppen.no/fagstoff/talentutvikling/artikler/page7817.html#>

Hva er mobbing?

Norges Idrettsforbund viser til følgende eksempler på mobbing:

«Fysisk mobbing gjennom til dømes å slå, sparke, lugge, spytte, dytte eller øydeleggje eigendelar til andre.

Verbal mobbing gjennom til dømes å seie nedlatande eller krenkjande ting til andre, true, spreie usanne rykte, eller bruke krenkjande og grove ord

Psykisk mobbing gjennom til dømes ryktespreiing, manipulering og utestenging.

Telefon- eller teknologimobbing gjennom til dømes krenkjande eller truande tekstmeldingar eller kommentarar på internett, ryktespreiing via internett, spreiiing av private eller intime bilete».

Hva skal trenere/ledere gjøre dersom mobbing oppdages?

Du har et ansvar for at trakassering, krenkelse og mobbing ikke får utvikle seg. Derfor må du reagere umiddelbart. Ved å overse dette bidrar du til at mobbing/krenking foregår.



Saken skal løses på lavest mulig nivå, men leder i gruppestyret skal umiddelbart informeres. Hvis situasjonen ikke løses, må dette meldes til foreningens hovedstyre, som kan innhente råd og veiledning fra idrettskretsen og mobbeombudet.

Vi følger NIFs retningslinjer:

1. Ta tak i mobbesituasjonen med en gang du blir oppmerksom på den.
2. Snakk med den som er plaga/utsatt, for å skaffe informasjon og gi støtte. Husk at den som er mobba/utsatt for krenkelse som regel kan underdrive.
3. Om det gjelder barn: Snakk med foreldrene til den som er plaga/utsatt.
4. Snakk med den som mobber/krenker. Om det er flere som mobber/står for krenkingen, snakk med dem en om gangen. Si fra at mobbing er uakseptabelt og må stoppe straks. Si fra at du kommer til å ta en ny samtale om 2-4 uker, slik at du er tydelig på at dette bli fulgt opp fra din side.
5. Oppfølging. Mobbesituasjonen/krenkelser må følges opp til den stopper helt. Det er også viktig å følge opp begge parter i etterkant, også etter at mobbingen/krenkingen har opphørt.
6. Søk råd og hjelp om du kjenner du trenger det. Snakk gjerne med lærere eller rektor på skolen/skolene utøverne går på. Dersom du skal snakke med andre, må det være etter samtykke fra den det gjelder og/eller foreldrene/foresatte).
7. Om dette skjer med barn under 12 år, skal også barneidrettsansvarlig i klubben informeres.

Konsekvenser ved krenkende atferd og mobbing:

Det må vises skjønn når det settes inn tiltak; alder, grad av alvorlighet, om det løses/oppføres med en gang, om det er et gjentakende problem.

Trener/leder: vil bli fjernet og får ikke ha verv i klubben.

Utøver: Dersom en utøver har vist krenkende atferd skal foreldrene informeres (barn under 18 år). Det vil bli fulgt opp slik at det forsikres at utøveren stopper med krenkelsene/mobbingen og utvikler en sosial akseptert atferd. Dette bør være i samarbeid med foreldre og eventuelt skole (avhengig av alder og alvorlighetsgrad). Skole kan ikke trekkes inn uten samtykke.

Saker om krenkelse som gjelder utøvere under 12 år, skal informeres om til barneidrettsansvarlig i klubben, samt leder for gruppa. Øvrige skal informeres til leder for gruppa. Leder for idrettsforeningen vil bli orientert.

Kommentar: Det er viktig at utøvere som har utøvd krenkende atferd får god veiledning. Det er mot sin hensikt å ekskludere, da dette kan føre til utenforskap. Slemmestad I.F arbeider for inkludering.

Foreldre: kan vises bort fra arenaene.

Kommentar: Hendelser imellom foreldre imellom skal ikke idrettsforeningen håndtere.



Inhabilitet i klubben

Inhabilitet vil si at en person ikke kan treffe avgjørelse i en sak, eller medvirke ved utredning eller vurdering av den, på grunn av sin tilknytning til saken eller personer som vil kunne bli berørt av avgjørelsen som skal treffes. (www.snl.no)

Dersom du som trener/leder er inhabil (f. eks at ditt barn er involvert), eller føler at du ikke kan håndtere situasjonen, skal du ta kontakt med gruppeleder.

Slemmestad idrettsforening søker veiledning hos Mobbeombudet ved behov. Vi bruker også Norges Idrettsforbund og Asker kommune sine sider om arbeid mot mobbing.

Slemmestad idrettsforening skal være en inkluderende klubb, med fokus på idrettsglede.