Susanna Hedenborg och Johan R Norberg

Barnkonventionen och föreningsidrotten

HANDBOK FÖR IDROTTSLEDARE

unicef
för alla barn

Susanna Hedenborg och Johan R Norberg

Barnkonventionen och föreningsidrotten

HANDBOK FÖR IDROTTSLEDARE

Författare
Susanna Hedenborg och Johan R Norberg, Malmö universitet

Projektledare, UNICEF Sverige
Cecilia Åhl

Projektgrupp, UNICEF Sverige
Axel Wallin, Katharina Eisen, Marie Hugander Juhlin och Therése Quiding

Faktagranskare
Anders Wahlström, *ansvarig för barn- och ungdomsidrott på Riksidrottsförbundet*, Carina Bäck, *verksamhetsutvecklare Trygg Idrott, Riksidrottsförbundet*, Elin Johansson, *förbundsjurist, Riksidrottsförbundet*, Helen Alpstig, *samordnare värdegrundsfrågor och sakkunnig barn- och ungdomsidrott, Stockholms Idrottsförbund*, Samuel Rönnblom, *projektledare i Skellefteå kommun, kultur- och fritidskontoret,* Per Ågren, *arbetar med "Malmö FF i samhället"*, Johan Stark, *Klubbdirektör Brynäs IF*, Charlotta Bürger Bäckström, *ansvarig Skidor vill & Alla på snö, Svenska Skidförbundet*

Korrekturläsning
Karin Forsselius Reimer, UNICEF Sverige

Grafisk form och illustration
Bedow

Tryck
Larsson Offsettryck
Fjärde upplagan

ISBN
978-91-639-6023-9

UNICEF Sverige 2020
Fjärde upplagan med nytt förord och uppdaterade läs- och länktips.

Förord

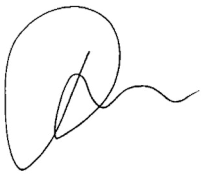
Det finns ett stort intresse bland många idrottsföreningar och förbund av att lära sig mer om barnkonventionen, inte minst sedan den blev svensk lag den 1 januari 2020. Denna handbok stöttar ledare inom idrottsrörelsen i hur man använder barnkonventionen i praktiken, gör verklighet av barns rättigheter, och hur den kan bidra till att utveckla verksamheten för barn. Vi har fått exempel på hur handboken används även i andra sammanhang och bland ledare för annan barnverksamhet än just idrott. Det glädjer oss mycket och vi uppskattar alla initiativ till att diskutera och skapa förutsättningar att se till barnets bästa.

Artikel 31 i barnkonventionen tydliggör barnets rätt till vila och fritid, till lek och rekreation anpassad till barnets ålder, och rätt att fritt delta i det kulturella och konstnärliga livet. Mot bakgrund av detta är det viktigt att vuxna ledare inom barns fritidsverksamhet uppmuntrar barnen och tillhandahåller förutsättningar för alla barn att delta. Vi vet idag att många barn inte rör sig tillräckligt och av olika anledningar står utanför föreningsidrotten. Det kan till exempel handla om för höga kostnader för att delta eller för höga krav på prestation. Det är en utmaning att hantera detta, och vi behöver hjälpas åt. Fysisk aktivitet och gemenskap med andra kan vara viktiga friskfaktorer som främjar barns psykiska hälsa och välbefinnande.

I den här handboken vill vi ge dig kunskap om varför barnkonventionen är viktig och hur den kan utveckla din verksamhet och ditt ledarskap. Vi vill också möjliggöra att fler barn får inflytande och känner sig delaktiga, vilket kommer att påverka hur de trivs, utvecklas och om de vill vara med.

Tack för de viktiga insatser du gör för barn! Tillsammans skapar vi en trygg, barnvänlig och utvecklande verksamhet för alla barn.

Pernilla Baralt



Generalsekreterare, UNICEF Sverige

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

Inledning ... 7
Att leda idrott med ett barnrättsperspektiv ... 9
Vad är barnkonventionen? ... 11
Vad säger barnkonventionen? ... 12
Tre perspektiv på barns rättigheter ... 14
Svensk idrott och barnkonventionen ... 15
Att beakta barnets bästa ... 17
Vad menas med barnets bästa i idrottssammanhang? ... 21
Att anpassa idrotten till barns förutsättningar – eller tvärtom? ... 22
Hur kan vi beakta vad som är barnets bästa? ... 23
Allas rätt att få vara med ... 27
Har flickor och pojkar lika förutsättningar? ... 30
Har alla råd att vara med? ... 33
Idrott och funktionsnedsättningar ... 36
Idrott och integration ... 38
Från integration till inkludering ... 39
Att låta barnen själva komma till tals ... 41
Att ta barn på allvar ... 45
Den viktiga men ojämlika delaktigheten i svensk idrott ... 46
Vem bestämmer i föreningen – enligt barnen själva? ... 47
Förändrade tider – och ökade krav på delaktighet ... 47
Gör fler unga delaktiga i verksamheten – och fler kommer att stanna kvar ... 50
Delaktighet i åtta steg – pröva i din egen förening ... 51
Om makt, och modet att låta andra vara med och bestämma ... 55
Ta tillvara på delaktigheten ... 55

Barns rätt till liv och utveckling ... 57
Om ungas idrottande och fysiska skador ... 61
Om kränkningar, trakasserier och övergrepp ... 62
Om sexuella övergrepp inom idrotten ... 64
Att arbeta förebyggande mot kränkningar och övergrepp ... 65
Börja med att diskutera föreningens värderingar ... 65
Gör en krisplan för oförutsedda händelser ... 65
Var en närvarande och uppmärksam ledare ... 66
Utdrag ur belastningsregistret ... 66
Checklista för ditt ansvar som ledare för barn ... 68
Vid oro för ett barn ... 69
Vad menas med oro för ett barn? ... 72
Anmälan till socialtjänst eller polis? ... 74
Orosanmälan till socialtjänsten ... 76
Anmälan till polis ... 80
Checklista för samtal med barn ... 82
Viktiga telefonnummer ... 84
Läs- och länktips ... 88
Bilaga 1 – Barnkonventionens artiklar i kortformat ... 90
Bilaga 2 – Diskussionsunderlag kring barnkonventionens fyra grundprinciper ... 94

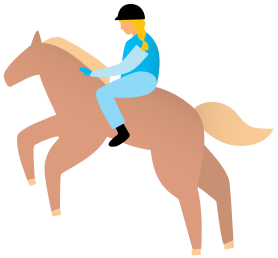


INLEDNING

Många barn och unga idrottar i en förening på fritiden. De tränar, tävlar och har roligt tillsammans med sina kamrater regelbundet. De flesta trivs bra och har positiva erfarenheter av idrotten. Men idrott är inte bara roligt. Det finns situationer i idrotten där barn far illa. För vissa kan det handla om utanförskap; att inte få tillhöra gruppen eller bli retad av sina kompisar. För andra kan problemet vara att tränare eller ledare inte lyssnar eller behandlar barn olika och orättvist. Ibland utsätts barn för kränkningar och övergrepp både av barn och vuxna.

Du som idrottsledare har en central roll i många barns liv. Det är du som organiserar träningen och som utvecklar barnens idrottsliga förmågor. Dessutom följer du barnen under en lång tid, lär känna dem och ser dem växa upp och vara tillsammans. Du är en viktig förebild. Detta är förhoppningsvis både roligt och givande – men det medför även ett stort ansvar. Denna bok är tänkt som ett stöd till dig.

I boken vill vi visa hur barnkonventionen kan användas i barn- och ungdomsidrott. Vår ansats är bred. Barnkonventionen kan föra tankarna till barns behov av skydd mot övergrepp och trakasserier. Detta är viktiga områden som vi både kommer att diskutera och ge råd för hur du som ledare kan agera om barn far illa. Men barnkonventionen handlar även om att sätta sig in i barns situation, att lyssna på deras åsikter och att behandla alla med lika stor omsorg och respekt. För dig som idrottsledare är barnkonventionen en uppmaning om att alltid utgå från barnets bästa i idrottssammanhang. Det är inte alltid så enkelt i en verksamhet med många viljor, stora ungdomsgrupper och där syftet ofta handlar om att tävla mot varandra, att rangordna och att jämföra prestationer. I den här boken hoppas vi hjälpa dig med det.



Vi som skrivit boken har tre utgångspunkter. Den första är att barns rättigheter alltid måste respekteras. Det är vår skyldighet och vårt ansvar att alltid värna om barn, att beakta deras intressen och att behandla dem med lika värde och respekt. Kort sagt: barnkonventionen måste följas – och vi vill med denna bok visa vad det innebär.

Vår andra utgångspunkt är att det inte alls behöver vara svårt att följa barnkonventionen i en idrottsförening. Men ibland krävs det mod! Det kan handla om mod att våga tänka nytt, att lyfta blicken och att bryta invanda mönster. Med barnkonventionen får vi möjlighet att stanna upp, se verksamheten på nya sätt och fråga oss om det finns aktiviteter och synsätt som kan förändras och förbättras.

Den tredje utgångspunkten är att du som idrottsledare har allt att vinna på att använda barnkonventionen i din förenings arbete. Den kommer att utveckla ditt ledarskap – och dina unga idrottare kommer att få en tryggare, mer positiv och utvecklande idrottsmiljö.

Kunskap om barnkonventionen är en möjlighet att utveckla din förenings verksamhet. Ta tillvara på denna möjlighet. Och lycka till!

Susanna Hedenborg och Johan R Norberg
Professorer i idrottsvetenskap och verksamma vid Malmö universitet



ATT LEDA IDROTT MED ETT BARNRÄTTSPERSPEKTIV

©UNICEF/Dahlstrand

ATT LEDA IDROTT MED ETT BARNRÄTTSPERSPEKTIV



VAD ÄR BARNKONVENTIONEN?

Barnkonventionen kan enklast beskrivas som en universell definition av de rättigheter som gäller för alla barn i hela världen. Konventionen täcker både barnets rätt till skydd mot utnyttjande, övergrepp och diskriminering och dess rätt till inflytande och delaktighet. I konventionen definieras barn som personer under 18 år.

Barnkonventionen antogs enhälligt av FN:s generalförsamling i november 1989. Sverige blev därefter ett av de första länderna som förband sig att följa konventionen och förverkliga dess innehåll genom exempelvis lagstiftning, opinionsbildning och utbildning. Konventionens principer ska vara vägledande inom alla verksamhetsområden i samhället. Med detta menas att regering och riksdag visserligen har det yttersta ansvaret för att barnkonventionen följs, men att alla – såväl individer som företag, myndigheter och organisationer – måste respektera barns rättigheter.

På internationell nivå har FN:s kommitté för barnets rättigheter (”barnrättskommittén”) i uppdrag att övervaka att konventionen följs. I Sverige är det Barnombudsmannen som har regeringens uppdrag att företräda barns och ungas rättigheter och intressen.

Den 1 januari 2020 blev barnkonventionen svensk lag. Lagen är ett sätt att ytterligare synliggöra och stärka barns rättigheter, särskilt i det svenska rättsväsendet.

VAD SÄGER BARNKONVENTIONEN?

Barnkonventionen består av 54 artiklar som fastslår barns rättigheter i olika områden. Fyra av artiklarna är vägledande för hur helheten ska tolkas och brukar kallas för barnkonventionens grundprinciper.

DESSA ÄR:



ARTIKEL 2

Alla barn är lika mycket värda och har samma rättigheter. Ingen får diskrimineras.



ARTIKEL 3

Vid alla beslut som rör barn ska i första hand beaktas vad som bedöms vara barnets bästa.



ARTIKEL 6

Barn har rätt till liv, överlevnad och utveckling.



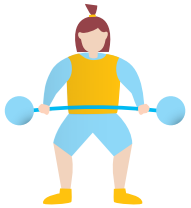
ARTIKEL 12

Barn har rätt att uttrycka sin mening och höras i alla frågor som rör barnet. Hänsyn ska tas till barnets åsikter, utifrån barnets ålder och mognad.

I denna bok utgår vi från barnkonventionens grundprinciper för att visa hur dessa kan användas i frågor rörande svensk barn- och ungdomsidrott. I **bilaga 1** kan du läsa mer om barnkonventionens övriga artiklar. I **bilaga 2** hittar du diskussionsfrågor till grundprinciperna.

TRE PERSPEKTIV PÅ BARNS RÄTTIGHETER

Diskussioner om barns rättigheter kan ibland framstå som förvirrade eller oklara: medan vissa pratar om barns rättigheter med hänvisning till någon lagparagraf eller till artiklar i barnkonventionen har andra en mer generell utgångspunkt i att vi måste lyssna på barnen själva och att de alltid har rätt till sin egen uppfattning. Båda perspektiven är korrekta men vi kan undvika förvirring i diskussionen om vi är medvetna om att det finns tre delvis parallella perspektiv i frågan om barns rättigheter.



① **Barnrättsperspektiv**

Det första perspektivet är ett så kallat *barnrättsperspektiv*. Med detta begrepp markeras att barn har rättigheter och att beslut och handlingar som rör barn ska utgå från barnkonventionen.

② **Barnperspektiv**

Det andra perspektivet är ett *barnperspektiv*. Denna formulering syftar på situationer där vi vuxna tänker oss in i barns situation, funderar över hur våra beslut påverkar barn och vad som egentligen blir bäst för dem.

③ **Ett barns perspektiv**

Det tredje perspektivet är *ett barns perspektiv*. Här markeras att barn är unika och självständiga individer med egna synsätt och uppfattningar. För att få ett barns perspektiv i en fråga krävs att vi vänder oss till barnen, lyssnar på dem och hör hur de ser på beslut och verksamheter.

Alla dessa tre perspektiv är viktiga. Men ofta blandas de ihop. Dessutom glömmer vuxna ofta att ta hänsyn till barns perspektiv. Vi fattar beslut om barn – men inte alltid tillsammans med dem.

SVENSK IDROTT OCH BARNKONVENTIONEN

I maj 2009 beslutade Riksidrottsförbundets stämma enhälligt att landets föreningar och förbund ska följa barnkonventionen och att all organiserad barn- och ungdomsverksamhet inom idrottsrörelsen ska bedrivas ur ett barnrättsperspektiv. Samtidigt beslutade Sveriges riksdag att all idrottsverksamhet som får statligt stöd ska bedrivas ur ett barnrättsperspektiv.

Hur kommer det sig att både idrottsrörelsen och staten samtidigt lät införa ett barnrättsperspektiv i de regelverk som reglerar svensk barn- och ungdomsidrott? Var det ett uttryck för en ny idrottspolitisk inriktning, eller finns det andra förklaringar? Ett enkelt svar är omöjligt att ge.

Å ena sidan går det att hävda att svensk barn- och ungdomsidrott redan tidigare stod bakom barnkonventionens grundprinciper och andemening. Som exempel har idrottsrörelsens gemensamma idéprogram Idrotten vill ända sedan 1990-talet lyft fram värdet av en barn- och ungdomsidrott med utgångspunkt i glädje, delaktighet och allas rätt att få vara med.

Å andra sidan går det att peka på ett antal processer under 2000-talet som aktualiserade behovet av ett mer uttalat barnrättsperspektiv i svensk idrottspolitik. En sådan var att det statliga stödet till barn- och ungdomsidrotten ökade kraftigt, inte minst genom de stora utvecklingssatsningarna ”Handslaget” och ”Idrottslyftet”. En annan orsak var den ökade kritik som riktades mot barn- och ungdomsidrotten under dessa år. Både från forskarvärlden och i samhällsdebatten påpekades att barn- och ungdomsidrotten visserligen var tänkt att utgöra en sund uppfostringsmiljö, men att alltför många föreningar präglades av hårt uppskruvade elitsatsningar, tidig specialisering och utslagning. Besluten 2009 kan därför ses som en uppmaning och markering från både idrottsrörelsens ledning och statens företrädare att landets idrottsföreningar måste ta barns rättigheter på ökat allvar.

Idag skriver Riksidrottsförbundet på sin webbplats att det är ”självklart” för idrottsrörelsen att följa barnkonventionen. Därefter görs tillägget att ett barnrättsperspektiv i idrottssammanhang innebär att barndomen ges ett värde i sig själv. Detta är viktigt. Budskapet är att barn inte främst får betraktas som potentiella talanger eller blivande senioridrottare. Det är glädjen i dagens aktiviteter som ska stå i centrum – inte förhoppningar om framtida medaljer.

På Riksidrottsmötet i Karlstad 2017 beslutade Riksidrottsförbundet även om fem så kallade utvecklingsresor som idrottsrörelsen måste göra för ”att möta framtiden”. I dessa utvecklingsresor beskrivs vad idrottsföreningar och förbund måste fokusera på med sikte på år 2025. Flera av dessa resor kan kopplas till barnkonventionen, såsom resorna ”Inkluderande idrott för alla”, ”En ny syn på träning och tävling” och ”Jämställdhet för en framgångsrik idrott”.

Den svenska idrottsrörelsens gemensamma värdegrund

Idrottsrörelsen har kommit överens om en gemensam värdegrund som all verksamhet ska utgå ifrån:

Glädje och gemenskap

Glädje och gemenskap är starka drivkrafter för att idrotta. Vi vill bedriva och utveckla all verksamhet så att vi ska kunna ha roligt, må bra och prestera mera.

Demokrati och delaktighet

Föreningsdemokratin innebär att alla medlemmars röst har lika värde. Delaktighet innebär att alla som deltar får vara med och bestämma om och ta ansvar för sin verksamhet. Demokrati och delaktighet ska utövas jämställt och oavsett bakgrund.

Allas rätt att vara med

Allas rätt att vara med innebär att alla som vill ska kunna vara med utifrån sina förutsättningar. Alla som vill, oavsett nationalitet, etniskt ursprung, religion, ålder, kön eller sexuell läggning samt fysiska och psykiska förutsättningar, får vara med i föreningsdriven idrottsverksamhet.

Rent spel

Rent spel och ärlighet är en förutsättning för tävlande på lika villkor. Det innebär att hålla sig inom ramarna för överenskommelser och en god etik och moral. Att verka mot fusk, doping och en osund ekonomi, mot mobbning, trakasserier och våld såväl på som utanför idrottsarenan.



ATT BEAKTA BARNETS BÄSTA

ATT BEAKTA BARNETS BÄSTA



En av barnkonventionens fyra grundprinciper är att *vid alla beslut som rör barn ska i första hand beaktas vad som bedöms vara barnets bästa.* Tanken är att barn har samma värde och rättigheter som vuxna, men att de samtidigt är sårbara och i behov av vuxnas skydd och omsorg. Vuxna ska därför alltid tänka över vilka konsekvenser som handlingar får för barn – och de ska välja sådana handlingar som bedöms vara bäst för barnet i fråga.

Principen kan vara svår att leva upp till. Till vardags uppstår ofta situationer där vuxna bestämmer saker utifrån egna intressen och utan reflektion över hur besluten påverkar barn. Ibland handlar det om mycket triviala saker, som att köpa sin favoritmat till middag även om barnen i familjen föredragit andra rätter. Vi kanske stannar kvar lite för länge på jobbet trots att vi blir sena att hämta på skola eller förskola? Ibland är situationen mer allvarlig. När vårdnadstvister tar utgångspunkt i föräldrars önskemål och behov snarare än i bedömningar av vad som blir bäst för barnen är det att bryta mot barnkonventionen. Poängen är att vuxna ständigt fattar beslut som på ett eller annat sätt påverkar barn – men att vi inte alltid tänker på det.

Hur är det hos er?

Vilka är dina erfarenheter? Hur ser det ut på idrottsplatsen och i er förening? Brukar ni fundera på och diskutera konsekvenserna av era beslut och handlingar?



En andra utmaning är att barn är olika. Beslut och handlingar som är lämpliga för vissa barn eller vissa situationer kanske inte alls är lämpliga i andra sammanhang. Det är alltså fel att tro att principen om att beakta vad som är barnets bästa kan sammanfattas i ett antal generella strategier eller handlingssätt. Den innebär däremot att vuxna måste vara lyhörda för de specifika omständigheter och sammanhang som påverkar just det barn och den situation som de för tillfället befinner sig i. *Principen om barnets bästa gäller för varje enskilt barn* även i situationer då många barn berörs av ett beslut. Det är således inte förenligt med barnkonventionen att behandla barn som ett kollektiv och agera efter vad som är bäst för gruppen som helhet. Vi måste se beslutet ur varje barns perspektiv. Om vi översätter detta till idrottssammanhang blir utmaningen tydlig eftersom många unga tränar och tävlar tillsammans, med följden att vissa barns intressen riskerar att åsidosättas utifrån resonemang om vad som är bäst för laget eller träningsgruppen.

VAD MENAS MED BARNETS BÄSTA I IDROTTSSAMMANHANG?

En av barn- och ungdomsidrottens mest konfliktfyllda och känsloladdade frågor handlar om tävlingens roll och plats i barns idrottande. Utan tvekan är tävlingsmomentet en viktig och integrerad del av föreningsidrotten. Men med tävlingar följer ett antal konsekvenser – någon måste vinna medan andra förlorar. Dessutom bedöms, jämförs och rangordnas prestationer med varandra. Kanske har du hört begrepp som tävlingslogik eller tävlingsfostran. Tävlingslogiken kan skapa problem och negativa upplevelser hos unga. Den idrottsverksamhet som är tänkt att vara rolig och utvecklande för barn och ungdomar riskerar i stället att uppfattas som allvarsam, kravfylld och full av misslyckanden.

Idrottsforskaren Tomas Peterson menar att denna problematik beror på att barn- och ungdomsidrotten innehåller två delvis motstridiga principer: föreningsfostran och tävlingsfostran. Med *föreningsfostran* avser han ett antal ideal som är starkt förankrade i vår föreningstradition. De handlar om att verksamheten ska vara lika öppen och tillgänglig för alla, och att alla medlemmar ska få vara med, känna delaktighet och kunna utvecklas utifrån sina egna förutsättningar och intressen. Med *tävlingsfostran* avser Peterson i stället alla de principer och värderingar som omgärdar själva tävlingsidrottens logik. De handlar både om att lära sig specifika idrotter (såsom tennis, handboll eller gymnastik) och att handskas med tävlandets förutsättningar, såsom att bli jämförd med andra, vinna ibland och förlora vid andra tillfällen, om vikten av god tävlingsetik samt förståelse för att idrottsprestationer ofta förutsätter både hård träning och en seriös inställning.

Både föreningsfostran och tävlingsfostran är självklara inslag i föreningsidrotten. Många klubbar lyckas med att balansera dessa principer mot varandra på ett bra sätt. Men Peterson menar att problem uppstår när tävlingsfostran får en alltför dominerande roll – särskilt i den verksamhet som riktas till yngre åldersgrupper. Ju mer verksamheten fokuserar på resultat och segrar, desto större är risken att de ungas idrottslek ersätts av vuxenidrottens allvar. I förlängningen följer snabbt negativa inslag såsom selektion (”toppning”), utslagning, föräldrapress och hårt uppskruvad resultats- och prestationshets. Det är i sådana situationer som barn tvingats till att anpassa sig till den seniora tävlingsidrottens principer och inte tvärtom. När tävlingslogiken sätts i första rummet i barn- och ungdomsidrotten kan följden bli att verksamheten inte längre är förenlig med barnkonventionen.

Hur är det hos er?

Hur tänker ni kring principer för föreningsfostran och tävlingsfostran?
Vad gör ni för att skapa balans mellan föreningsfostran och tävlingsfostran?

Att anpassa idrotten till barns förutsättningar – eller tvärtom?

Inom idrottsrörelsen har inställningen länge varit kluven till tävlingslogikens roll i barn- och ungdomsidrotten. Det finns en tydlig värdegrund och tydliga riktlinjer från förbund och föreningar om att barns idrottande ska vara lustfyllt, utgå från barns olika mognad, ambitionsnivåer och intressen samt att själva tävlingsmomentet ska ges en underordnad roll. Samtidigt har varje lokal idrottsförening frihet att själv välja inriktning på sin verksamhet. Det innebär att det finns föreningar som är profilerade som ”elitklubbar” med stort fokus på tävlingsresultat och talangutveckling även bland unga medlemmar.

Under senare år har det skett en tydlig attitydförändring i svensk idrottsrörelse. Allt fler föreningar står idag bakom principen att tävlandet måste ske på barns villkor och inte tvärtom. Dessutom har Riksidrottsförbundet tydligt markerat att idrottsrörelsens gemensamma värdegrund ska följas. Sedan 2009 är det inskrivet i Riksidrottsförbundets stadgar att den svenska idrottsrörelsen ska följa barnkonventionen. Därefter har Riksidrottsstyrelsen utfärdat särskilda anvisningar för hur idrottsföreningar mer konkret ska utforma sina aktiviteter för att verksamheten ska utgå från ett barnrättsperspektiv. Parallellt har många av idrottsrörelsens specialidrottsförbund sett över sina tävlingssystem och infört olika former av förenklingar och anpassningar. Mest omtalat är att ett antal lagidrotter beslutat att inte längre kora slutsegrare i serier och cuper med barn under 13 år.

Hur är det hos er?

Är era regelsystem anpassade till barns- och ungas förutsättningar och i sådana fall: på vilka sätt?

Det finns flera förklaringar till dagens attitydförändring i barn- och ungdomsidrotten. Till viss del handlar det om förändrade värderingar och samhällsideal. Många av dem som idag är ledare och idrottsföräldrar i svensk idrott har en syn på barn- och ungdomsidrotten som skiljer sig från äldre generationers. Dessutom har forskare och samhällsdebattörer under lång tid fört debatt om barn- och ungdomsidrottens problem i form av elitsatsningar, föräldrapress och utslagning. Idrottsrörelsen har samtidigt stått inför en annan utmaning: att behålla sina unga medlemmar. Det har skett en nedgång av antalet medlemmar (särskilt tonåringar) under 2000-talet, vilket tvingat föreningar och förbund att ompröva sina aktiviteter och bli mer lyhörda för ungas förutsättningar och önskemål. Idrottsrörelsen har mycket att vinna på att beakta vad som är barnets bästa. I förlängningen kan det leda till att fler unga stannar kvar längre upp i åldrarna.

Hur kan vi beakta vad som är barnets bästa?

Idrotter är olika. De har olika ideal, traditioner och förutsättningar. Det är därför svårt att ge generella råd för hur en idrottsförening ska agera för att leva upp till barnkonventionen. Det är du som idrottsledare som vet mest om din idrott, din klubb och era specifika utmaningar. Samtidigt finns det några allmänna råd och principer för hur du som idrottsledare och idrottsföräldrar kan tänka. Rekommendationerna är hämtade från specialidrottsförbundens egna utbildningsmaterial och riktlinjer. Läs och fundera över hur dessa råd kan överföras eller anpassas till just din idrott och din förening. Kanske tycker du att en del av rekommendationerna är självklara. Bra, då är förutsättningarna goda att just din förening redan idag bedriver en bra verksamhet där barnets bästa beaktas. Men kanske finns det andra resonemang som leder till eftertanke och nya perspektiv.

REKOMMENDATIONER FRÅN SPECIALIDROTTSFÖRBUNDEN

Barns idrott ska vara rolig!



Det är självklart att barn ska ha roligt när de idrottar. Att ha ”roligt” kan dessutom betyda olika saker för olika personer. Inom idrotten menar några barn att det roliga ligger i att träffa sina kompisar. Andra menar att det är roligt att lära sig nya saker med kroppen. Träning och tävling kan vara roligt om ledaren uppmuntrar och ger positiv feedback. Men vad betyder det för oss som idrottsledare? Hur ofta stannar vi upp och reflekterar över hur verksamheten blir rolig? Hur skapar vi en positiv miljö på träningar och tävlingar? Stöd, uppmuntran och engagemang är alltid viktigt – men hur hanterar vi irritation, skäll och kritik? Hur möter vi bäst sura miner och gnäll bland barnen? Hur hanterar vi föräldrar som står intill och kritiserar motståndare eller domare? Och hur ger vi instruktioner? Forskning har visat att prestation och motivation ökar när någon får beröm för sådant som görs bra. Samtidigt är det vanligt att ledare lägger mest tid på att korrigera sådant som inte fungerar. Vilka är dina erfarenheter? Och i vilken utsträckning låter vi barnen själva komma till tals? Frågar vi om de har roligt eller om det finns saker som kan göra att de trivs ännu bättre?

Sätt kampen i centrum, men inte resultatet!



De allra flesta barn tycker om att tävla, att få mäta sina krafter mot varandra, att vinna eller slå rekord. Utan ett kampmoment skulle många idrotter förlora sin attraktion och mening. Att bedriva barnidrott i enlighet med barnkonventionen betyder inte att tävling är otillåtet eller att tävlingarna måste sluta oavgjort. Däremot kan det finnas skäl att fundera över hur vi lär barn att handskas med tävlandet – och vilka signaler vi egentligen sänder ut genom våra handlingar.

Det är viktigt att skilja mellan den kamp som utspelas på en idrottsplan i tävlingsmomentet och de resultat som skapas när tävlingen är över. Studier visar att barn älskar att tävla, men att det framförallt är ledare och föräldrar som intresserar sig för resultat i form av tabeller och seriesystem. Inte sällan frågar vi närmast automatiskt våra barn om resultatet efter en tävling ”Hur gick det? Vann ni?” när vi egentligen borde fråga: ”Hade du roligt? Är du nöjd med din insats?”. På motsvarande sätt är det problematiskt att ”toppa” ett lag eller en grupp inför en viktig eller svår tävling. Det kanske ökar chansen att ni vinner – men skickar samtidigt budskapet att seger är det viktigaste och att vissa personer i gruppen är viktigare än andra. Kanske finns det andra och bättre sätt att förbereda en grupp inför en tävling eller match. Ni kan se det som ett tillfälle att lära laget eller gruppen att stötta varandra, utvecklas och bli en erfarenhet rikare.

Fokusera på långsiktig utveckling snarare än kortsiktiga resultat!



Barns utveckling sker stegvis. Kroppslig, motorisk, social och mental mognad är olika processer som inte sker parallellt. I en grupp av unga kommer en del personer alltid att ha hunnit längre i vissa processer än andra. Som idrottsledare är det därför viktigt att ha tålamod och att fokusera på de ungas långsiktiga utveckling. Acceptera att vissa barn är snabbare, starkare eller mer tekniskt drivna – andra kan vara mer socialt eller mentalt mogna. Låt inte dessa olikheter dominera upplägget på er verksamhet. Se tävlingen eller matchen som ett lärotillfälle och inte som ett mål i sig.



Bedöm varje barn i förhållande till sig själv – och inte i förhållande till andra!

Det är svårt att inte göra jämförelser när barn idrottar, tränar och tävlar tillsammans. Vissa framstår oundvikligen som starkare, snabbare eller mer talangfulla än andra. Detta är problematiskt på flera sätt. För det första leder sådana jämförelser lätt våra tankar i en sorts tävlingsspiral där de som framstår som ”bäst” premieras med beröm, uppmärksamhet och kanske även spel- och tävlingstid.

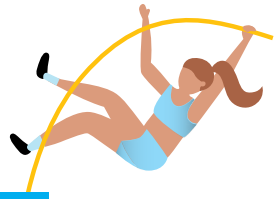
För det andra är jämförelser problematiska eftersom de är orättvisa. Barn utvecklas alltid i olika takt; kroppsligt, motoriskt, socialt och mentalt. Många gånger när vi försöker jämföra idrottsliga prestationer är det egentligen deras mognadsgrad som bedöms. Detta visar inte minst forskningen om den så kallade relativa ålderseffekten (RAE, relative age-effect). Jämförelser av barn i olika mognadsgrad är ineffektiva i ett idrottsligt perspektiv eftersom våra bedömningar av talang blir missvisande. Detta kan i förlängningen leda till att unga talanger som är sent mogna vaskas bort redan före puberteten.

Det enkla rådet till idrottsrörelsens ledare är därför att bedöma varje barn i förhållande till sig själv – och inte i förhållande till andra. Uppmuntra alla utifrån deras egna förutsättningar och utvecklingstakt. Uppmuntra också fler saker än bara fysisk prestation, till exempel förmågan att sprida glädje och heja på sina kompisar. Försök att behålla så många som möjligt, så länge som möjligt, kvar i din förening.

Idrott är inte allt!



Barns och ungas idrottande måste ses i ett helhetsperspektiv. Alla kanske inte kan eller vill träna lika många gånger i veckan. Kanske krockar träningen med andra aktiviteter. Som idrottsledare är det viktigt att inte uppfatta detta som ett problem. Acceptera i stället att alla är olika, har olika förutsättningar och att vi gör olika val. En vanlig orsak till att unga lämnar idrotten är att de inte upplever sig ha tid eller möjlighet att leva upp till de krav på engagemang och närvaro som ställs av deras föreningar. Då blir idrotten tråkig. Kanske hade de stannat kvar om kraven formulerats på andra sätt. Det är trots allt barnet och inte idrotten som ska prioriteras.



Vill du läsa mer?

Lästips om att beakta vad som är barnets bästa

Gör idrotten som idrotten vill?
Barn- och ungdomsidrottens utformning i retorik och praktik.
http://gih.diva-portal.org/smash/get/diva2:1067598/FULLTEXT01.pdf

Riksidrottsförbundets anvisningar för barn- och ungdomsidrott.
https://www.rf.se/contentassets/2411db76c38044bd86f65c39db8925e1/anvisningar-for-barn--och-ungdomsidrott.pdf

För barnets bästa.
En antologi om idrott ur ett barnrättsperspektiv.
centrumforidrottsforskning.se/regeringsuppdrag-uppfoljning-av-statens-idrottsstod/rapporter/for-barnets-basta-2010/

Spela vidare. En antologi om vad som får unga att fortsätta idrotta.
https://centrumforidrottsforskning.se/wp-content/uploads/2013/12/Spela-vidare.pdf



ALLAS RÄTT ATT FÅ VARA MED

©UNICEF/Dahlstrand

ALLAS RÄTT ATT FÅ VARA MED



En andra grundprincip i barnkonventionen är att *alla barn är lika mycket värda och har samma rättigheter.* Det betyder att ingen ska diskrimineras på grund av hudfärg, kön, språk, religion, politisk eller annan åskådning, nationella, etniska eller sociala ursprung, egendom, funktion, börd eller ställning i övrigt.

Principen är självklar i demokratiska samhällen och finns genomgående i idrottsrörelsens eget arbete. Av Riksidrottsförbundets stadgar framgår att idrottsrörelsen ska vara öppen för alla oavsett nationalitet, etniskt ursprung, religion, ålder, kön eller sexuell läggning samt fysiska och psykiska förutsättningar. Vidare är idrottsrörelsen organiserad som en folkrörelse med föreningarna och deras medlemmar som bas. Här finns principen om att alla medlemmar ska ha lika värde och inflytande i föreningsdemokratins krav på medlemsbestämmande (”en medlem, en röst”). Även i tävlingsidrotten finns en rättvisetanke och ett antagande om att alla deltagare ska få tävla under likvärdiga förutsättningar och på lika villkor.

Hur är det hos er?

Hur arbetar ni med öppenhet, inkludering, samma rättigheter och lika värde?
Finns det policydokument som berör detta hos er, eller ett värdegrundsarbete?

Det är enkelt att förstå och försvara principen om barns samma rättigheter och lika värde inom idrotten. Dessvärre finns det situationer där idrott kan vara både diskriminerande och exkluderande. Som exempel verkar män och pojkar generellt och traditionellt ha haft större möjligheter inom idrotten. Det är fortfarande svårt för personer som inte är heterosexuella att öppet tala om och visa sin identitet. Idrott kan även vara organiserat på sätt som får vissa grupper att vilja delta, medan andra väljer att inte göra det. Exempelvis kan långa instruktioner där alla förväntas sitta stilla och lyssna göra det svårt för personer med neuropsykiatrisk funktionsnedsättning att vara med. Eller också kan det handla om att en person hellre skulle idrotta utan att samtidigt möta en annan person med motsatt kön. Det finns även samhälleliga och demografiska faktorer som begränsar idrottens tillgänglighet för barn, såsom familjens ekonomiska situation eller var i landet du bor och om du bor i tätort eller glesbygd.

I det här kapitlet kommer vi att diskutera olika områden där ”allas rätt att få vara med” har visat sig vara svåra att uppnå. Vi hoppas att texten ska ge perspektiv och väcka tankar om hur villkoren ser ut för unga medlemmar i just din förening. Kanske kan vi inspirera dig till att pröva nya sätt för att stärka ungas möjligheter att få vara med på lika villkor.



HAR FLICKOR OCH POJKAR LIKA FÖRUTSÄTTNINGAR?

Idag är nästan hälften (40 procent) av Riksidrottsförbundets medlemmar flickor och kvinnor. Flickor och pojkar, män och kvinnor ska dessutom ha samma möjligheter att utöva idrott i en förening. Så har det inte alltid varit. Länge var idrotten skapad av män, för män. Det finns fortfarande en manlig norm inom idrotten – har du tänkt på att fotboll ofta betyder mäns fotbollsspel medan kvinnors fotbollsspelande benämns som damfotboll?

Dessutom är vissa idrotter mer förknippade med manlighet, exempelvis ishockey, medan andra är förknippade med kvinnlighet, exempelvis ridsport. Historien visar att det som kallas genusmönster (våra föreställningar om manligt och kvinnligt) kan förändras med tiden. För hundra år sedan var exempelvis ridsport, gymnastik och synkroniserad simning manligt. Idag har det förändrats.

Det finns starka ideal kring hur en så kallad kvinnlig och manlig kropp ska se ut och dessa kan upplevas särskilt problematiska när idrotten och dess träning påverkar och formar din kropp på ett sätt som bryter mot idealet. Det finns även starka ideal och normer kring hur en flicka eller pojke i övrigt ska vara. Det kan gälla alltifrån hur du ska ta plats och satsa på din träning till samtal i exempelvis omklädningsrum om sexuella erfarenheter eller osynliga regler för hur du ska passa in i gruppen. För en del personer är det mycket svårt att hantera alla dessa förväntningar och ideal. För andra ger idrotten en frizon där ideal kan ifrågasättas och sprängas.

Hur är det hos er?

Vilka så kallade manliga eller kvinnliga normer påverkar er verksamhet? Hur ser kroppsidealen ut? Vilken typ av osynliga regler påverkar er grupp med barn och ungdomar?

Flickor och pojkar möts av föreställningar om genus, och bär dem själva, både inom och utom idrotten. De påverkar deras deltagande – och ledarnas sätt att leda. Vet du förresten att det är vanligare att kvinnor leder idrotter för yngre barn och flickor, medan det är vanligare att män leder idrotter för ungdomar och vuxna, både kvinnor och män?

Ett vanligt mönster i frågor kopplat till genus är att män dominerar i ledande positioner. Som exempel är det vanligast att en man är ordförande i en förening eller ett förbund medan kvinnor är överrepresenterade i rollen som sekreterare och kassör. Medan andra folkrörelser i detta avseende blivit mer jämställda över tid, verkar idrotten stå mer still.

Hur är det hos er?

Vem är ordförande och vem för protokoll? Vilka leder barn- och ungdomsidrotten hos er? Hur tänker ni kring flickors och pojkars möjligheter att vara med på lika villkor – i idrotten och i arbetet med föreningen?

Genom att använda begrepp som genus understryks den sociala konstruktionen av kön, det vill säga de föreställningar, idéer och handlingar som vi kopplar till kvinnlighet respektive manlighet. I idrotten, till skillnad mot många andra sammanhang, är dessa föreställningar förstärkta genom regler (flickor och pojkar tävlar sällan mot varandra) och omklädningsrum (flickor och pojkar byter om i olika rum).

Anledningarna till att det är så är flera. En utgångspunkt är att flickors och pojkars kroppar skiljer sig åt, att de har olika förutsättningar och inte kan tävla och bedömas på lika sätt eller inom samma idrott. Heterosexualitet kan sägas vara en annan utgångspunkt då det finns föreställningar om att flickor och pojkar bör byta om i separata omklädningsrum för att känna sig bekväma och för att inte fysisk attraktion ska uppstå.

Hur är det hos er?

Är det viktigt att flickor och pojkar separeras inom idrottsverksamhet? Skiljer sig förutsättningarna åt för barn som idrottar jämfört med vuxna som idrottar?

Föreställningar, normer, rum och regelverk som bygger på uppdelningen i två kön blir problematisk för exempelvis transpersoner. Studier visar att det finns transsexuella ungdomar som vill träna i en grupp där de inte är välkomna, och som drömmer om att få träna där när de som vuxna genomgått könskorrigering. Men då är de för gamla för att ha en idrottskarriär. Det finns även unga som söker sig till HBTQ+-föreningar för att slippa känna sig annorlunda och inte accepterade. Begreppet HBTQ+ är en förkortning för frågor som rör homosexuella, bisexuella, transpersoner och queera uttryck samt andra identiteter.

Ett begrepp som länge varit osynliggjort i idrotten. Många idrottare berättar att de inte vågar ”komma ut” med sin könsidentitet inom idrotten av rädsla för att bli mobbade. Idrottare har berättat att de mött en homofob jargong från ledare, träningskamrater och föräldrar. Vilka könsidentiteter som accepteras (som slipper ifrågasättas) eller inte kan variera med idrott. Tyvärr finns det många exempel på homofoba trakasserier. Till exempel kan en person få höra att han ska sluta spela som en ”bög”. Begreppet används för att peka på motsatsen till hur en bra manlig spelare ska utöva sin idrott.

Hur är det hos er?

Hur arbetar ni med frågor som rör HBTQ+? På vilket sätt ges alla möjlighet att vara med?
Finns det förebilder inom er förening som talar om heteronormen och HBTQ+ frågor?

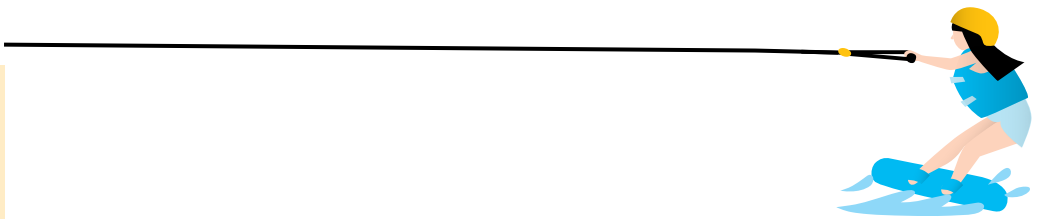
HAR ALLA RÅD ATT VARA MED?

Ungas föreningsidrottande styrs av socioekonomiska förhållanden. Lite förenklat kan sägas att barn som bor i villa eller radhus idrottar i större utsträckning än barn som bor i hyreslägenhet och att barn vars föräldrar har högskoleutbildning idrottar mer än barn vars föräldrar har gymnasieutbildning. Det är dessutom så att barn som lever med två vuxna idrottar oftare än barn som bor med enbart en vårdnadshavare. Finns det en bil i hushållet, ja, även då är det mer sannolikt att barnen i familjen tillhör en idrottsförening. Så även om föreningsidrotten ska vara öppen och tillgänglig för alla, så spelar faktorer som ekonomi, utbildning och familjeförhållanden in. Det handlar om att det kostar att idrotta och om att vissa grupper – i detta fall en förhållandevis välmående och välutbildad medelklass – känner sig mer hemma i föreningsidrotten än andra.

Det verkar som att ekonomiska aspekter med tiden har blivit av större betydelse för barns och ungas idrottande. Under senare år har kostnader för föreningsidrott ökat. Många föreningar har höjt sina medlems- eller träningsavgifter och samtidigt infört nya, vanligtvis avgiftsbelagd, aktiviteter såsom ”camps” och ”akademier”. Kostnader i samband med cuper och träningsläger har också ökat. Denna utveckling har gjort det svårare för många familjer att finansiera sina barns idrottande, inte minst när flera barn i hushållet idrottar och om vårdnadshavaren är ensamstående. Studier visar att svenska hushåll med idrottande tonåringar i genomsnitt lägger ut drygt 10 000 kronor om året på medlemsavgifter, träningskläder och andra idrottsrelaterade utgifter.

Hur är det hos er?

Har du funderat över vilka kostnader som är förknippade med er verksamhet?
Känner du till om unga medlemmar har slutat av ekonomiska skäl?
För ni en diskussion om idrottandets kostnader i er förening?
Hur hanterar ni barn och familjer som inte har råd?



Vad kan en förening göra för att begränsa kostnaderna? Frågan är svår att besvara. Idrotter och föreningar har olika förutsättningar: vissa kräver stora investeringar i utrustning och material medan andra har en utbredd tävlingsverksamhet som förutsätter många resor och stora avstånd. Vissa klubbar finns i storstäder och tvingas betala höga hyror för sina anläggningar medan klubbar på landsbygden snarare har problem med medlemsrekrytering. Det är du som bäst känner till villkoren för just din förening och din idrott. Samtidigt finns det några generella insatser som kan användas för att begränsa plånbokens betydelse för ungas möjlighet att idrotta.



Var medvetna om att kostnader påverkar deltagande!

Kom ihåg att personer har olika ekonomiska förutsättningar och att ekonomi kan vara en orsak till att medlemmar slutar. Ha ett ekonomiskt perspektiv när ni diskuterar och planerar era verksamheter och försök bedöma hur olika handlingar och val förändrar kostnaderna för de barn som är med i föreningen. Gör val utifrån målet att alla ska kunna vara med.

Håll kostnaderna nere!

Många klubbar har medvetna strategier för att hålla nere sina medlemmars kostnader. Det kan handla om att prioritera tävlingar och cuper i närområdet för att minimera utgifter för resor och övernattningar. Föreningen kan dessutom ansvara för samåkning till tävlingar vilket underlättar för familjer utan bil eller möjlighet att skjutsa. En tredje strategi kan vara att klubben samlar in och lånar ut begagnad träningsutrustning. Fundera över vilka möjligheter ni har att hålla kostnaderna nere i just din förening och i din idrott.

ⓘ Fritidsbank

Under senare år har det öppnats fritidsbanker och liknande verksamheter på många orter i Sverige. Detta kan enklast beskrivas som en sorts bibliotek där den som önskar kan låna olika former av idrotts- och fritidsutrustning helt gratis. Bakom dessa initiativ står både frivilliga organisationer och kommuner. Verksamheten bygger på att allmänheten donerat stora mängder av begagnade idrotts- och fritidsmateriel från avlagda skridskor, fotbollsskor och pjäxor till skidor, skateboardar och tennisracketar. Fritidsbanker och liknande verksamheter är ett sätt minska kostnadernas inverkan för människors – och framför allt ungas möjlighet att idrotta och ha en fysiskt aktiv fritid.

Finns det en fritidsbank på din ort? Eller är kanske du och din förening intresserad av att själva starta en liknande verksamhet? Läs mer här:

www.fritidsbanken.se



IDROTT OCH FUNKTIONSNEDSÄTTNINGAR

Ett viktigt men ofta förbisett perspektiv på idrott och allas rätt att vara med handlar om unga med fysiska eller psykiska funktionsnedsättningar. Även om idrottsrörelsen under senare år gjort insatser för att öka verksamhetens tillgänglighet för personer med funktionsnedsättningar, finns det fortfarande många unga som upplever utanförskap och stängda dörrar. Hindren kan vara av många skilda slag. Det kan handla om rent fysiska barriärer såsom svårigheter att se eller höra det som händer på idrottsarenan eller att anläggningar, omklädningsrum och andra lokaler saknar hissar, ramper eller tillgänglighetsanpassade toaletter. Andra hinder kan vara av social eller emotionell natur. Som exempel visar forskning att unga med funktionsnedsättning sällan kommer till tals i verksamheter som rör dem själva och att de inte blir inkluderade i idrotten i samma utsträckning som jämnåriga kompisar utan funktionsnedsättning. Detta är beklagligt eftersom det även finns studier som visar att unga med funktionsnedsättning har positiva erfarenheter av idrott i sådana sammanhang där de varit fullt inkluderade och där de kunnat utveckla sina fysiska, psykiska och sociala färdigheter.

I svensk idrottsrörelse används samlingsbegreppet *parasport* för idrott för personer med funktionsnedsättning. Inom Riksidrottsförbundet finns Parasport Sverige (Svenska Parasportförbundet och Sveriges Paralympiska Kommitté). I detta förbund organiseras idrott för personer med rörelsehinder, synskada och utvecklingsstörning inom 18 olika idrotter. Därutöver samarbetar förbundet med ytterligare 18 specialidrottsförbund som har parasport integrerad i den egna verksamheten.

När det gäller unga med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar (NPF), såsom ADHD, Aspergers syndrom, Tourettes syndrom och tvångssyndrom kan föreningsidrott vara en utmaning. Ett problem är att dessa dolda funktionsnedsättningar endast i begränsad omfattning ingår i den organiserade parasporten samtidigt som det kan vara svårt för unga med NPF att tillhöra den traditionella föreningsidrotten. Mycket av det som ofta tas för givet i en idrottsverksamhet, som att passa tider, vänta på sin tur, uppfatta och komma ihåg ledares instruktioner kan för dessa unga utgöra svårigheter som förhindrar deltagande.

Till detta kommer att kunskapen om dolda funktionsnedsättningar ofta är begränsad hos tränare och ledare vilket lättare kan leda till missförstånd och felaktigt bemötande. Det är därför viktigt att idrottsrörelsen ökar sina insatser för att möta och inkludera unga med NPF i idrottsverksamheten. Det handlar både om att dessa unga har samma självklara rätt att få vara med i föreningsgemenskapen och att idrott och fysisk aktivitet kan vara ett viktigt led i deras habilitering.

Hur är det hos er?

Finns det fysiska eller sociala hinder för att inkludera barn med olika typer av funktionsnedsättningar? På vilket sätt agerar ni för att alla ska kunna vara med?



IDROTT OCH INTEGRATION

Ofta hörs påståendet att idrott är en *integrationsarena*. Utgångspunkten är att intresset för idrott är stort över hela världen och att personer från olika länder och kulturer kan finna en mötesplats i idrotten utan kultur- och språkbarriärer. Mötet kan i sin tur skapa förståelse för människors olika bakgrund och samtidigt underlätta för personer med utländsk bakgrund att finna en väg in i samhället.

Forskningen om idrott och integration är omfattande och komplex. Det finns goda exempel på att idrott *kan* ha en integrerande effekt, men det gäller att tänka till kring hur idrotten är organiserad om detta ska uppnås. Vi vet exempelvis att pojkar med utländsk bakgrund idrottar i lika stor utsträckning som pojkar födda i Sverige, men att flickor med utländsk bakgrund är underrepresenterade. Dessutom verkar valet av idrott styras av de ungas bakgrund. I exempelvis fotboll och basket finns det gott om unga med utländsk bakgrund – i andra idrotter såsom gymnastik, ishockey och ridsport är andelen betydligt lägre. Vad kan dessa skillnader bero på?

En andra utmaning ligger i användningen av begrepp som ”invandrare” eller ”personer med utländsk bakgrund”. Genom att använda begreppen så sammanför vi personer i grupper och ger dem, underförstått, gemensamma karaktärsdrag. Dessa antas dessutom vara annorlunda från de karaktärsdrag som personer med svensk bakgrund har. Det finns därför risk för att diskussionen om integration och idrott bygger på schablonbilder av vad som är typiskt ”svenskt” och vad som inte är det. Förenklade förklaringar till varför just denna grupp är underrepresenterad i idrotten eller varför de väljer specifika idrotter före andra hjälper oss inte i arbetet med integration. I stället förstärks uppdelningen mellan ”vi” och ”dom” – mellan ”svenskar” och ”icke-svenskar”. Du som är idrottsledare bör därför undvika att tillskriva andra människor specifika gruppegenskaper och uppmärksamma att gruppen unga med utländsk bakgrund innehåller en stor mängd olika erfarenheter, livsberättelser och identiteter.

Det är även viktigt att komma ihåg att faktorer som socioekonomi, kön och könsidentitet samt utländsk bakgrund aldrig kan isoleras från varandra. Att gruppen flickor med utländsk bakgrund är minst representerad i föreningsidrotten är ett resultat av flera samverkande faktorer. Det handlar delvis om att det finns en manlig norm inom idrotten, men det beror också på faktorer som ekonomi, var du bor och vilka regler och förväntningar som finns i hemmet.

Hur är det hos er?

Finns det personer i er verksamhet med olika etniciteter? På vilket sätt skapar ni förutsättningar så att alla känner sig välkomna? Har ni ett uppsökande arbete för att nå exempelvis flickor med utländsk bakgrund? Vilka får frågan om ledar- eller förtroendeuppdrag? Finns språkkompetens i er förening?

Från integration till inkludering

Under senare år har begreppet integration alltmer ersatts av begreppet inkludering. Det förändrade synsättet kan lite enkelt förklaras med att begreppet integration tenderar att fokusera på olika gruppers olikheter (”vi” och ”dom”) och nyttoperspektiv. Ofta motiveras exempelvis jämställdhetsinsatser eller integrationsprojekt inom idrotten med hänvisning till att fler flickor gör idrottsverksamheten bättre eller att personer med utländsk bakgrund kan få en väg in i det svenska samhället genom idrotten. Begreppet inkludering lägger inte samma tyngd på effekterna eller nyttan av integration. Snarare är budskapet att integration är en demokratisk rättighet. Vi har alla rätt att få tillhöra idrottsrörelsen *oavsett* våra individuella förutsättningar, intressen och behov – och utan hänvisning till våra grupptillhörigheter. Det behöver inte vara krångligare än så. Dessutom är det ett synsätt på ”allas rätt att få vara med” i idrottsrörelsen som är helt i enlighet med barnkonventionen.

Vill du läsa mer?

Lästips om allas rätt att få vara med

Webbplats av RF SISU för att jobba med normer och inkludering.
inkluderandeidrott.se

Idrott, kön och genus – en kunskapsöversikt.
http://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:1410577/FULLTEXT01.pdf

Hbtq och idrott. Ungdomars erfarenheter och villkor inom svensk idrott.
https://www.rf.se/contentassets/2dd39c7b38e448b589e14f7fef51e6f3/hbtq-och-idrott.pdf

Idrotten och (o)jämlikheten – I medlemmarnas eller samhällets intresse?
https://centrumforidrottsforskning.se/wp-content/uploads/2019/05/Idrotten-och-ojamlikheten-medlemmarnas-eller-samhallets-intresse.pdf

Funktionsnedsättning inget hinder för rörelse.
idrottsforskning.se/funktionsnedsattning-inget-hinder-for-rorelse/

Träna barn och ungdomar med ADHD, autism/Asperger och andra NPF-diagnoser. Ett kunskapsmaterial för idrottsledare.
attention.se/idrottforalla/

Vem platsar i laget? – en antologi om idrott och etnisk mångfald.
centrumforidrottsforskning.se/sv/regeringsuppdrag-uppfoljning-av-statens-idrottsstod/rapporter/vem-platsar-i-laget-2011/



ATT LÅTA BARNEN SJÄLVA KOMMA TILL TALS



En tredje grundprincip i barnkonventionen, *barnets rätt att uttrycka sin mening och höras i alla frågor som rör barnet, handlar om delaktighet.* Vuxna ska beakta barnets åsikter, med hänsyn taget till barnets ålder och mognad. Budskapet är att vuxna inte bara ska försöka fatta kloka beslut i frågor som rör barn. Barn ska även ges möjlighet att själva komma till tals för att kunna påverka sin situation. Och vi vuxna ska ta dessa åsikter på allvar.

Principen om delaktighet kan framstå som både självklar och enkel i idrottssammanhang. Idrottsrörelsen är ju inte bara den största barn- och ungdomsorganisationen i Sverige. Det är även en miljö där många unga skolas in i föreningsliv, ledarskap och konsten att ta ansvar. Eller? Hur är det i praktiken? Studier visar att barn ofta uppfattar föreningsidrotten som vuxenstyrd. De allra flesta är där för att träna och ha roligt, men förväntar sig samtidigt att ledarna ska utforma verksamheten.

Hur är det hos er?

Bedriver era tränare och ledare verksamhet för barn, eller tillsammans med barn? Vet ni hur barnen tänker om er verksamhet? Har ni system för att möjliggöra för barn att komma till tals?



TÄNK PÅ ATT

- Barn har rätt att framföra sina åsikter – och att få dessa åsikter respekterade.
- Idrottsrörelsens verksamhet har förändrat sig sedan du själv var barn.
- Delaktighet är en kompetens som kan tränas.
- Unga som ledare är en resurs.
- Föreningsidrottens verksamhet kan erbjuda en fantastisk möjlighet att öka den demokratiska kompetensen i samhället.

Barns delaktighet inom idrotten kan ses på flera sätt. Det kan handla om att barn får inflytande över den egna träningsgruppens verksamhet: att få ansvara för uppvärmningen, välja teknikövningar eller kanske påverka uttagningen till nästa cup. Delaktighet kan även vara att sitta med i en styrelse och besluta om hur hela föreningen ska agera och utvecklas: ska föreningen bredda basen och öka antalet träningstillfällen? Ska ni åta er ett större projekt där personer som i vanliga fall inte är aktiva inom idrotten erbjuds möjligheter att komma med? Behövs det bättre omklädningsrum? En annan form av påverkan kan handla om föreningens kontakter med kommunen och det omgivande samhället. Kanske ska en ny arena byggas, eller en ridskola, skateboardpark, eller badplats. Vad tycker ni i er förening om detta – och hur kan era unga medlemmar engageras och få möjlighet att påverka hur er kommun beslutar i frågor rörande områden för fysisk aktivitet? Sådana beslut är alltid viktiga eftersom val av plats och idrottsaktivitet alltid möjliggör eller gör det omöjligt för olika grupper att vara med.

Hur är det hos er?

På vilka sätt är era barn delaktiga i er förenings verksamhet idag?
I vilka frågor saknar de inflytande?

ATT TA BARN PÅ ALLVAR

Barnkonventionens krav på att barn ska tillfrågas om deras åsikter är en sak – men vad menas egentligen med att vi vuxna måste ta hänsyn till deras tankar och önskemål? Betyder det att barn alltid ska få sin vilja igenom? Naturligtvis inte. Det kan finnas många situationer där vuxna gör andra bedömningar och har fullgoda skäl till detta. Barnkonventionens princip om att ”barnets bästa” alltid ska beaktas får inte feltolkas som att ”barn alltid vet bäst själva”. Däremot kräver barnkonventionen att vi talar med barnet – och att vi har goda skäl om vi går emot dess önskemål. På så sätt påminns vi vuxna om att alltid fundera över beslut som rör barn. Har vi goda argument för hur vi agerar? Kanske kan saker göras på andra sätt?



DEN VIKTIGA MEN OJÄMLIKA DELAKTIGHETEN I SVENSK IDROTT

Inom idrottsrörelsen är delaktighet och medbestämmande grundläggande för verksamheten. Föreningsidrotten, till skillnad från kommersiella alternativ, bygger ju på att medlemmarna själva är engagerade, tar ansvar för och leder verksamheten. Samtidigt vet vi att makten och delaktigheten inte är jämnt fördelad. Som exempel är den manliga dominansen stor i de lokala idrottsföreningarnas styrelser. I genomsnitt är närmare två av tre ledamöter män. På den mest prestigefyllda posten – som ordförande – är tre av fyra män. Kännetecknande för styrelserna är även att ledamöterna ofta är betydligt äldre än medlemmarna i allmänhet. En stor majoritet är nämligen över 40 år. Endast var fjärde förening har en ledamot som är yngre än 25 år. Liknande ålders- och genusmönster styr även idrottsaktiviteterna. Kvinnor leder oftare flickor och barn i yngre år medan män leder pojkar och äldre barn.

Även bland unga är delaktigheten ojämlikt fördelad. Som exempel har äldre barn och ungdomar större inflytande än yngre. Flickor upplever sig i högre grad kunna påverka än pojkar. Ungdomar på landsbygden upplever att de har mer inflytande än ungdomar i tätorter.

Hur är det hos er?

Varför finns dessa ålders- och genusmönster?

VEM BESTÄMMER I FÖRENINGEN – ENLIGT BARNEN SJÄLVA?

Hur är det inom idrotten idag – vad får barn vara med och påverka? Eftersom unga vanligtvis saknas i styrelserummen saknar de möjlighet att vara med och bestämma om sin förenings verksamhet och inriktning. Situationen är inte mycket bättre i de lokala idrottsföreningarnas kommittéer. Endast ett fåtal unga uppger att de ingår i en kommitté – andelen har dessutom minskat över tid samtidigt som få unga säger sig ha blivit tillfrågade om ett förtroendeuppdrag. På frågan ”vem bestämmer i er förening” svarar unga ofta ”styrelsen”. Ibland blir svaret ”de som äger den”. Det senare svaret kan verka konstigt för vuxna som är fostrade inom föreningsidrotten, men det kanske inte är ett lika konstigt svar om du vet hur de stora fotbollsklubbarna i Europa ser ut, eller om du följer amerikansk idrott. Att svenska ungdomar svarar såhär, kan förstås kopplas till att de inte tränats i hur föreningen arbetar. Även bland unga är delaktigheten ojämlikt fördelad. Som exempel har äldre barn och ungdomar större inflytande än yngre. Flickor upplever sig i högre grad kunna påverka än pojkar. Ungdomar på landsbygden upplever att de har mer inflytande än ungdomar i tätorter.

Hur är det hos er?

Hur ser er styrelse och era kommittéer ut? Har ni någon ungdomskommitté i er förening? I så fall, från vilken ålder kan barn och unga delta (exempelvis från 7 år, 12 år eller 15 år)?

FÖRÄNDRADE TIDER – OCH ÖKADE KRAV PÅ DELAKTIGHET

Barns och ungas inflytande har ökat med tiden. Den här förändringen påverkar alla sammanhang där barn och unga finns. När du växte upp kanske inte barnkonventionen fanns och du var kanske inte med och påverkade din idrott i någon större utsträckning. Idag gör barnkonventionen det tydligt att vuxna ska lyssna på barn och att barn ska få komma till tals i frågor som rör dem. I skolans uppdrag är detta tydligt och det finns olika metoder och modeller för hur det kan ske. Som ledare inom idrotten bör du också ta ansvar för barns inflytande och delaktighet samt utforska vilka metoder som passar bäst i er verksamhet.


©UNICEF/Dahlstrand

GÖR FLER UNGA DELAKTIGA I VERKSAMHETEN – OCH FLER KOMMER ATT STANNA KVAR

När unga inom idrotten besvarar frågor om inflytande och delaktighet svarar åtta av tio att de inte anser sig ha stort inflytande över sin egen tränings- och tävlingsverksamhet. Långt över hälften tillägger därefter att de är nöjda med lågt inflytande. De säger sig inte ha något emot att föreningsidrotten är en i huvudsak vuxenstyrd miljö. Mot denna bakgrund kan frågan ställas om hela diskussionen om delaktighet är överdriven: Varför är det egentligen så viktigt att låta barnen komma till tals?

Ett första svar är att ökad delaktighet ökar chansen att de unga stannar kvar i idrotten. Undersökningar visar nämligen att de unga som trivs allra bäst inom idrotten också är de som upplever sig ha inflytande och får vara delaktiga. Ett sätt att motverka avhoppen i ungdomsidrotten kan därför vara att göra de unga mer delaktiga, vilket i sin tur stärker deras idrottsidentitet och vilja att fortsätta i föreningen.

Ett andra svar är att unga som aldrig upplevt delaktighet rimligtvis inte heller har erfarenhet av att kunna påverka sin idrottsverksamhet. De är nöjda med lågt inflytande eftersom de inte har upplevt något annat. De kanske inte ens reflekterat över möjligheten att själva påverka eller förändra? Här kan föreningsidrotten göra en viktig insats genom att lära unga att ta plats, engagera sig och säga sin mening. Delaktighet är en kompetens som måste tränas för att läras in.

Ett tredje svar är att ökad delaktighet kan synliggöra perspektiv och åsikter från grupper som kanske sällan gör sina röster hörda. Vissa barn har många åsikter och lätt för att uttrycka sig. Andra är mer tysta och fåordiga. Se inte tystnad som ett uttryck för att allt är rätt och bra. Försök tvärtom att få alla barn att säga sin mening. Variera era metoder och följ upp barnens tankar och åsikter på ett kontinuerligt sätt.

Det går också att fråga sig vad unga får bestämma om. Ungdomar som tillfrågats om vad de får vara med och påverka inom sin idrott hämtar exempel från träningstillfällena. De berättar att de får bestämma över uppvärmningen, vilken musik som ska spelas eller om de ska ha fläkten på eller inte. Flera uttrycker att tränaren ändå är den som kan mest – så därför bestämmer tränaren. Men det är inte bara barn och unga själva som uppfattar att deras medbestämmande är lågt. När frågan ställdes till barn- och ungdomsidrottsledare visade det sig att närmare 40 procent av dessa inte kunde komma på något som barnen och ungdomarna fick vara med och bestämma om.

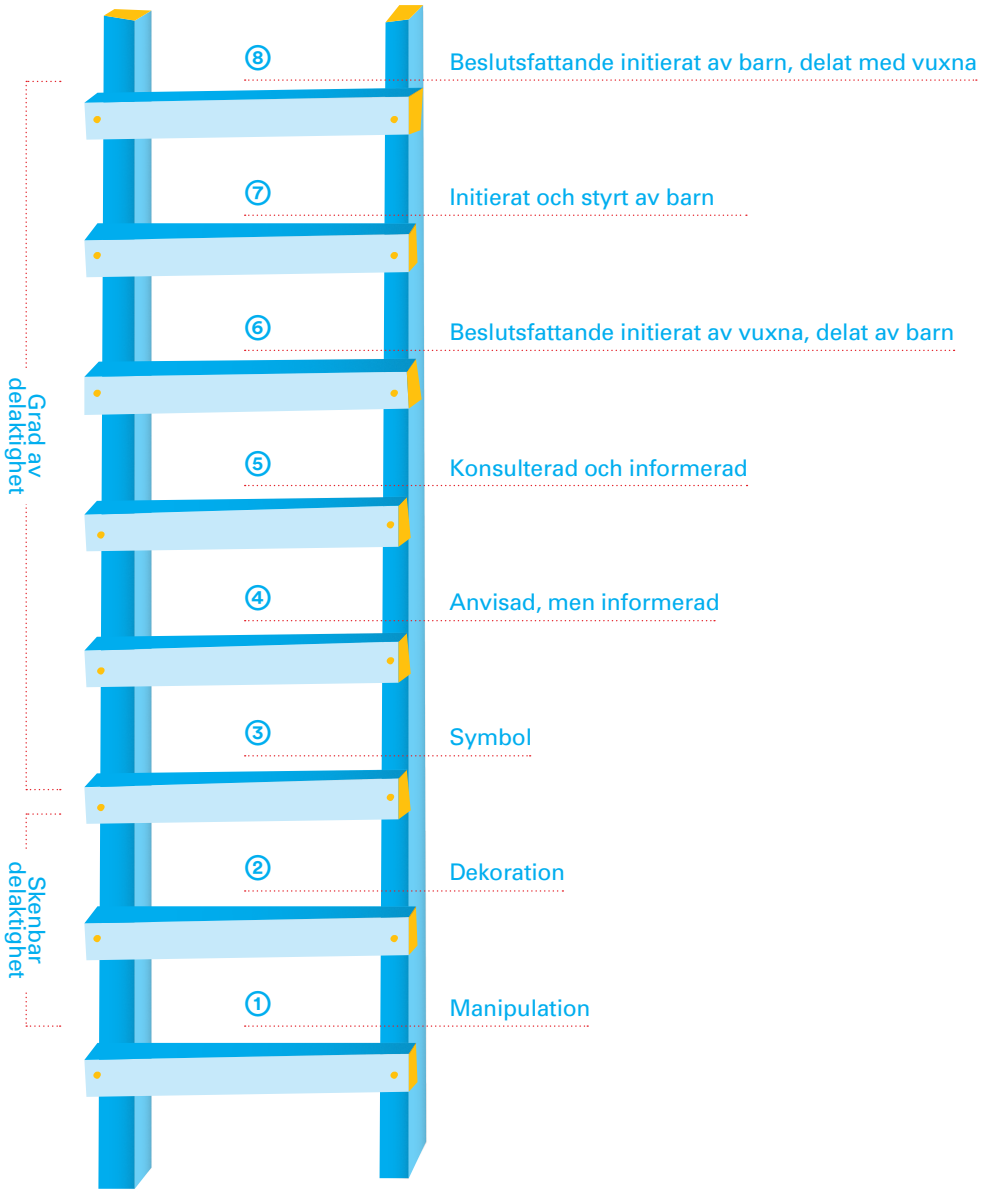
Hur är det hos er?

På vilket sätt är barn delaktiga i beslut som fattas? Hur kan verksamheten utformas så att barns inflytande ökar? Hur gör ni om barnen säger "ni ledare vet ändå bäst, så bestäm ni"? Hur agerar ni i föreningen om ni märker att barn inte ges möjlighet att påverka?



DELAKTIGHET I ÅTTA STEG – PRÖVA I DIN EGEN FÖRENING

Barns och ungdomars medbestämmande kan relateras till en modell som utvecklats av barnrättsforskaren Roger Hart. Modellen kan liknas vid en stege där ungas delaktighet och inflytande ökar ju högre upp du kommer på stegen. Den lägsta formen av delaktighet – manipulationen – uppstår när barn deltar i en verksamhet eller beslutsprocess utan att förstå sammanhanget. Högst upp på stegen är situationer där barn själva tar initiativ till en aktivitet eller till att hantera ett problem och vuxna hjälper till att konkretisera och handleda.



⑧ Barn tar initiativ till en aktivitet eller till att hantera ett problem och vuxna hjälper till att konkretisera och handleda. Till exempel så ändras tävlingsupplägget så att det blir mer utrymme till lek och vila.

⑦ Barn har egna projekt som de initierar, genomför och fattar beslut kring. Till exempel så håller barnen i föreningens dag.

⑥ Vuxna tar initiativ till en aktivitet eller till att hantera ett problem och bjuder in barn att delta och fatta beslut. Till exempel i utvecklingen av föreningens webbplats.

⑤ Barn får information och kan ge sina åsikter. Men vuxna fattar beslut. Till exempel kring träningsupplägg.

④ Barn får information om vad som gäller. Till exempel om att det är nya öppettider i sporthallen.

③ Vuxna använder barn som en symbol utan att involvera barnen. Till exempel i bilder i profilmaterial.

② Vuxna använder barn som en sorts dekoration. Till exempel som rekvisita när kända föreningsprofiler fotas eller intervjuas.

① Barn deltar men vet inte själva vad de representerar. Till exempel bär de tryck på sina kläder som de inte varit med och valt eller vet vad det står för.

Delaktighetsstegen är ett bra sätt att pröva graden av delaktighet i en idrottsförening. Fundera över er verksamhet. Gör därefter en lista – antingen var och en för sig eller tillsammans – på hur ungas delaktighet och inflytande kommer till uttryck i er verksamhet. Placera sedan ut dessa exempel på Harts delaktighetsstege. Vad blir resultatet? Pröva därefter att göra om övningen, fast denna gång tillsammans med barnen i er verksamhet. Diskutera hur barns delaktighet och inflytande kommer till uttryck – och om det finns saker som kan utvecklas.

Exempel på hur idrottsföreningar gör för att öka ungas delaktighet

I en innebandyförening talas det om att: ”Alla uppflyttningar av spelare till äldre lag skall anmälas till utsedd representant i ungdomsstyrelsen (spelarråd) för ett gemensamt beslut. Om spelarrådet tillsammans med ansvariga ledare för respektive åldersgrupp, spelare och föräldrar är överens, kan uppflyttning ske.”

I ett fotbollslag heter det att: ”…. ett spelarråd vars syfte är att vara en länk mellan spelarna och ledarna. Vara lite av ledarnas bollplank och även ett bra sätt för enskilda spelare eller spelargruppen att få sin talan framförd till ledarna.”

Exempel på en ryttarförenings ungdomssektions arbete:

- ”Ungdomssektionens mål är att: Främja en god kontakt bland klubbens medlemmar under 26 år och där igenom skapa en demokratisk och kamratlig anda.
- Aktivt främja till utbildning som leder till ett bra hästkunnande.
- Tillvarata ungdomars möjlighet och vilja att delta i föreningsverksamhet och demokratiska beslut.
- Verka för en stark vikänsla och ett bra samarbete med klubbens styrelse, andra sektioner eller kommittéer, personal och alla verksamhetsinriktningar och åldersgrupper.
- Skapa en god kontakt med distriktets ungdomssektion (DUS) och verka för ett aktivt och bra samarbete mellan ungdomssektionerna i distriktet.”

OM MAKT, OCH MODET ATT LÅTA ANDRA VARA MED OCH BESTÄMMA

Att vara ledare i en idrottsförening innebär alltid att befinna sig i en maktposition. Som tränare styr du över hur träningarna ska utformas, vilka övningar som ska göras och vilka som ska tas ut till nästa tävling eller match. Som ledamot av en styrelse eller ett utskott kan du på motsvarande sätt utöva ett inflytande på föreningens övergripande strategier och verksamheter. Att öka medlemmarnas engagemang och delaktighet innebär att denna maktposition försvagas. Sannolikheten är nämligen stor att ökad delaktighet leder till att nya idéer och åsikter kommer upp till ytan och att verksamheten påverkas på ett sätt som du kanske inte alls tänkt dig. Du kanske har förberett dig i god tid för att avsluta kvällens fotbollspass med en avancerad teknikövning – och så säger barnen att de i stället vill spela spökboll? Här uppstår en risk att du som ledare undviker att ge barnen nya möjligheter till inflytande av det enkla skälet att de vill göra saker som du inte alls tänkt dig. Här är vårt råd att tänka långsiktigt. Chansen är stor att gruppens sammanhållning stärks om de unga upplever att de får göra sådant som de själva tycker är roligt – även om det innebär att vissa övningar får skjutas på framtiden. Kort sagt: det krävs mod att dela med sig av makt och inflytande. Men det lönar sig i längden.

TA TILLVARA PÅ DELAKTIGHETEN

Delaktighet är inget som uppstår av sig själv. Det är inte heller så att om vi en gång bestämt att barn ska ha möjlighet att påverka och att deras inflytande är viktigt, så är det så för all framtid. Nej, delaktighet är något som vi skapar varje dag tillsammans. Det görs när vi ställer frågor till alla som deltar i träningsgruppen eller i föreningen om den verksamhet som bedrivs – och när vi inte bara lyssnar på dem som hörs mest. Inom föreningsidrotten finns fantastiska möjligheter för att lära ut och träna på delaktighet. Dessa möjligheter finns inte på samma sätt i andra delar av samhället. Ta vara på möjligheten! Träna din förening i delaktighet och medbestämmande. Då skapar ni inte bara en förening där alla medlemmar känner sig delaktiga och inkluderade. I förlängningen bidrar ni även till ökad demokratisk delaktighet i hela samhället.

Vill du läsa mer?

Lästips om att låta barnen själva komma till tals

Skilda världar – unga i och om framtidens föreningsidrott.
https://www.rf.se/globalassets/riksidrottsforbundet/nya-dokument/nya-dokumentbanken/forskning-fou/framtidens-forening/fou2016_1-skilda-varldar---unga-i-och-om-framtidens-foreningsidrott.pdf

Vem håller i klubban?
– om demokrati och delaktighet i idrottsföreningar.
https://centrumforidrottsforskning.se/sv/regeringsuppdrag-uppfoljning-av-statens-idrottsstod/rapporter/vem-haller-klubban/

Vilka stannar kvar och varför?
En studie om ungas föreningsidrottande under uppväxtåren.
gih.diva-portal.org/smash/get/diva2:775450/FULLTEXT01.pdf

Engagerad 2.0 – kan och vill påverka i min förening!
https://www.sisuidrottsutbildarna.se/globalassets/sisu-idrottsutbildarna/stod-och-verktyg/samtalsunderlag/forenings--och-forbundsutveckling/largruppsplan-engagerad-2.0.pdf?w=900&h=900

Unga i och om framtidens idrottsorganisering.
muep.mau.se/bitstream/handle/2043/16145/Unga_om_ramtidens_idrott.pdf?sequence=2

Medspelare- Barnkonventionen inom idrottsrörelsen.
Röda Korsets Ungdomsförbunds utbildning för barn.
https://rkuf.se/ar-du-med-spelare



BARNS RÄTT TILL LIV OCH UTVECKLING



En fjärde grundprincip, och den sista, i barnkonventionen säger att *barn har rätt till liv, överlevnad och utveckling.* Artikeln handlar om barnets fysiska hälsa och om dess rätt till andlig, moralisk, psykisk och social utveckling. Överfört till idrottens område är budskapet att alla barn och ungdomar har rätt till en trygg idrottsmiljö där de skyddas från fysisk och psykisk skada, blir respekterade, rättvist behandlade och inte utsatta för olika former av kränkningar.

Även om syftet med barn- och ungdomsidrott är att unga ska ges möjlighet att träna och lära sig idrott i en rolig och stimulerande miljö, finns det tyvärr situationer när barn kränks och far illa. Det kan handla om skador som kunde förebyggas. Det kan även handla om trakasserier och övergrepp – i träningsgruppen, från föräldrar eller ledare. Vissa av dessa fall har fått stor massmedial uppmärksamhet, såsom när kända friidrottare berättat om att de som barn utsatts för sexuella övergrepp av sina tränare, eller när det uppdagats att svensk elitgymnastik haft problem med osunda träningsmetoder och olämpliga relationer mellan ledare och barn. Medias bild kan ge sken av att kränkningarna inom barn- och ungdomsidrotten ökat. Men det är en förhastad slutsats. Mörkertalet är stort – och den svenska forskningen är märkbart eftersatt. Vi vet väldigt lite om både omfattningen av kränkningar i barn- och ungdomsidrotten och om förändringar.

Det finns däremot fog för påståendet att vi idag är mer medvetna än tidigare om att kränkningar förekommer. Dessutom har idrottsrörelsen tydligt markerat att sådant måste motverkas. Exempelvis har Riksidrottsförbundet utvecklat en policy om att skapa trygga idrottsmiljöer för barn. Ledare erbjuds även kurser och utbildningar i samarbete med olika barnrättsorganisationer. Detta är viktigt. Kränkningar av barn är ett brott mot barnkonventionen och måste stoppas. Trots detta är diskriminering, mobbning och sexuella övergrepp något som föreningar och förbund kan ha svårt att hantera. Det kan finnas olika förklaringar till detta. Ibland bottnar det i förnekelse, det vill säga att en person inte vill acceptera att det kan finnas problem i den egna verksamheten. En annan orsak kan vara okunskap eller oerfarenhet av att hantera sådana frågor; föreningen blir handlingsförlamad eftersom de inte vet vad de ska göra. En tredje orsak kan vara att föreningen eller förbundet inte vill att den egna verksamheten ska framstå i dålig dager. Men det finns aldrig godtagbara skäl för att inte prata om eller agera mot kränkningar och övergrepp inom barn- och ungdomsidrotten. Alla barn har rätt till en trygg och positiv idrottsmiljö. Alla föreningar och förbund måste därför vara medvetna om att mobbning, kränkningar och övergrepp kan förekomma – och måste ha strategier för att möta dessa viktiga frågor!

Vi inleder detta kapitel med att diskutera fysiska skador inom barn- och ungdomsidrotten. Det kanske låter konstigt att fysiska skador kommer i ett avsnitt som behandlar en trygg miljö inom idrotten. Men vi vill lyfta att det är viktigt att skydda barn från alla sorters skador. Därefter behandlar vi mer sociala aspekter med fokus på kränkningar, mobbning och övergrepp. I det efterföljande kapitlet ”Vid oro för ett barn” ger vi konkreta råd för vart du som idrottsledare kan vända dig om barn i din närhet far illa.



OM UNGAS IDROTTANDE OCH FYSISKA SKADOR

En första aspekt på ungas rätt till skydd handlar om fysiska skador. Alla former av skador och olyckor i idrottssammanhang ska motverkas och förebyggas. Samtidigt måste vi komma ihåg att idrottsskador ytterst uppstår till följd av att unga idrottar och är fysiskt aktiva, vilket ju är positivt. Att inte idrotta är därmed inget bra sätt att minska idrottsskador bland unga. Tvärtom. Forskning visar att unga spenderar allt mer tid framför skärmar av olika slag och att få – framförallt i tonåren – är tillräckligt fysiskt aktiva. Detta är även ett hälsoproblem.

Idrottsskador kan vara av två slag: akuta skador eller överbelastningsskador. De förstnämnda akuta, eller traumatiska, skadorna uppstår på grund av olyckshändelser eller av yttre våld, till exempel när barn faller, krockar eller får en spark på benet. Överbelastningsskador uppstår gradvis till följd av långvarig träning. Akuta skador är vanligast i tävlingssammanhang, i elitidrott och i lag- och kontaktidrotter. Överbelastningsskador är vanliga i individuella idrotter där man tränar uthållighet eller ensidigt upprepar vissa rörelser.

När forskare mäter skador i samband med fysisk aktivitet visar det sig att barn löper minst risk att skadas under idrottstimmarna i skolan – och högst risk att skadas när de deltar i föreningsidrotten. Det är svårt att säga hur många unga som skadas årligen. Mörkertalet är stort. Det finns studier som visar att nästan 40 procent av elever i högstadiet och drygt 30 procent på mellanstadiet uppsökt läkare eller sköterska på grund av skador uppkomna vid fysisk aktivitet. Oftast handlar det om skador i samband med bollsporter – eller att de cyklat omkull. De flesta idrottsskador hos barn är lindriga. Dödsfall eller allvarliga skador förekommer sällan, och sammanhänger vanligtvis med någon form av hjärtsjukdom hos barnet – eller att det skett en allvarlig olyckshändelse.

Barn skadar sig mer inom idrotten än vuxna. Det beror bland annat på att barn inte hunnit utveckla samma motoriska färdigheter som vuxna, och att både koordination och balansförmåga försämras under tonåren. Barns skelett är dessutom mjukare än vuxnas, vilket leder till ökad risk för benbrott. Det är därför alltid viktigt att barns idrottande anpassas till deras mognad och förutsättningar.

Skador inom barn- och ungdomsidrotten ska förebyggas. Alla idrotter har ett ansvar att utbilda sina ledare och att sammanställa kunskap om den egna idrottens specifika skadeprofil. Ledare måste få utbildning i att skapa lämpliga träningsprogram medan de unga själva måste lära sig att äta rätt, träna på lagom nivå och att återhämtning är viktigt. Även förbunden behöver utbildning om idrottsskador så att de kan anpassa sina regelverk till barns nivå och förutsättningar.

Hur är det hos er?

Vilka skador och olyckor kan förekomma hos er?
Vilket förebyggande arbete gör ni?

Knäkontroll

Är knäskador vanligt i din idrott? Du kan lära dig mer om hur det kan förebyggas på den webbplats som Svenska Fotbollförbundet, SISU Idrottsböcker och Folksam tagit fram. Där finns samlad kunskap och övningar för att förebygga knäskador.

Läs mer på:
knakontroll.se



©UNICEF/Dahlstrand

OM KRÄNKNINGAR, TRAKASSERIER OCH ÖVERGREPP

Med *kränkande behandling* avses enligt skollagen (kap 6.) ett uppträdande som kränker ett barns eller en elevs värdighet. Det kan handla om nedsättande ord, att förlöjliga någon eller att sprida falska rykten. Som vi redan tidigare berättat är det vanligt att det inom idrotten finns en homofob jargong där exempelvis begreppet ”bög” används nedsättande. ”Kärring” är ett annat begrepp som används på samma nedlåtande sätt. Kränkningar kan även vara fysiska: som sparkar och slag eller olika former av hot.

Hur är det med olika inkilningsritualer? Det vill säga ritualer genom vilka någon välkomnas in i ett lag eller en träningsgrupp? Riskerar de att bli kränkningar eller handlar det mest om att dricka mycket alkohol? Studier visar att ungdomar inom lagidrotter provar alkohol tidigare än andra och att debuten inte sällan sker i samband med träningsläger eller matcher. Unga vittnar om att de känt sig tvungna att prova – annars hade de inte fått vara en del av gruppen. Andra talar om att de blivit kissade på i duschen eller blivit uppmanade att ta av sig kläderna inför andra. Kränkande behandling kan förekomma vid ett enstaka tillfälle eller ske mer systematiskt. När det upprepas brukar vi tala om mobbning.

Kränkande behandling kan förekomma både mellan barn och i relationen mellan ledare och barn. Orsakerna kan vara många och av skilda slag; otrygghet och osäkerhet i gruppen, att vissa försöker framhäva sig på bekostnad av andra samt otydliga regler eller normer för vad som är acceptabelt att säga, göra eller hur konflikter ska hanteras.

Diskriminering handlar om att en person missgynnas eller kränks på grund av kön, könsöverskridande identitet eller uttryck, etnisk tillhörighet, religion eller annan trosuppfattning, funktionsnedsättning, sexuell läggning eller ålder (diskrimineringslagen, 4 §). Begreppet direkt diskriminering syftar på när någon blir orättvist behandlad i en direkt jämförbar situation. Ett exempel kan vara att pojkar ges förtur till träningstider och resurser framför flickor. Indirekt diskriminering uppstår när det finns uttalade regler eller principer som framstår som neutrala, men att de i praktiken missgynnar vissa grupper eller individer. Ett exempel kan vara att det vid en tävling eller vid ett läger inte finns anpassad mat till de som av religiösa skäl inte kan äta allt.

Diskrimineringar av sexuell natur kallas för *sexuella trakasserier* (diskrimineringslagen, 4 §). Ibland kan det vara fråga om verbala trakasserier, det vill säga att personer fäller sexuella kommentarer, ger ovälkomna komplimanger, inviter eller sexuella anspelningar. Andra former av sexuella trakasserier kan vara oönskad fysisk kontakt eller att personer kastar närgångna blickar. En tredje form är att bli förlöjligad eller hånad på grund av sitt kön eller sin sexuella läggning.

Med *sexuella övergrepp* avses vanligtvis handlingar där någon eller några gör en annan person illa på ett sexuellt sätt (brottsbalken kap. 6). Sexuella övergrepp mot barn kännetecknas av att förövaren utnyttjar barns beroendeställning eller att barnet utsatts för handlingar som de inte förstår eller är mogna för. Sexuella övergrepp kan vara fysiska – att barn tvingas till samlag eller beröring av privata kroppsdelar – eller icke-fysiska övergrepp – att barn tvingas visa sin kropp, att de blir smygtittade på när de byter om eller att barn blir tilltalade på ett sexuellt utstuderat sätt. Vid misstanke eller kännedom om sexuella övergrepp ska detta genast anmälas och åtgärder vidtas.

Om sexuella övergrepp inom idrotten

Forskningen om sexuella övergrepp inom svensk idrott är begränsad. Med denna reservation menar både forskare och barnrättsorganisationer att barn utsatts för sexuella övergrepp i alla sociala sammanhang, vilket även inkluderar idrotten. Dessutom finns det inslag inom just idrotten som gör denna miljö särskilt problematisk. Först och främst är idrotten en miljö som samlar många barn. Till detta kommer att idrotten har en starkt positiv värdegrund, vilket riskerar att göra sexuella övergrepp särskilt tabubelagda och svåra att hantera av föreningar och förbund.

Sexuella övergrepp kan förekomma i alla typer av idrotter och nivåer oavsett faktorer som ålder, kön, nationalitet och socioekonomi. Förövarna är alltifrån tränare och ledare till jämnåriga eller äldre kompisar. Övergrepp kan ske i träningslokaler och omklädningsrum, i samband med tävlingar och sociala aktiviteter samt i samband med att barn får skjuts hem.

Tränare har ofta en viktig roll för idrottande barn. De sitter inne med viktig kunskap om hur idrott bedrivs och utvecklas. Samtidigt är de auktoriteter och förebilder. Det är därför inte ovanligt att unga utvecklar starka känslor av beundran, uppskattning och till och med kärlek för sina tränare. Detta skapar en maktsituation som riskerar att utnyttjas av personer med onda avsikter. Processer när vuxna utvecklar nära kontakter med barn i syfte att utnyttja dem sexuellt kallas för grooming. För förövaren är syftet med grooming att undvika misstanke och upptäckt. Processen kännetecknas av att förövaren inledningsvis bygger upp en stark och förtroendefull relation till ett potentiellt offer för att därefter successivt och systematiskt sudda ut gränser för vad som är normalt och acceptabelt för att slutligen kunna begå övergrepp.

Barn som utsatts för övergrepp av sina tränare kan känna både skam och skuld för det som inträffat. Ofta vill de inte heller prata om sina upplever. Orsakerna kan vara många och av vitt skilda slag; av rädsla för att inte bli trodd eller att få skulden för det inträffade, på grund av hot från förövaren eller för att skydda tränaren i fråga. Barnen kan dessutom oroa sig för reaktionerna i föreningen eller för att den egna idrottssatsningen ska lida skada om övergreppet blir känt. Oavsett skäl, är oupptäckta övergrepp ett misslyckande på flera sätt. För offren kan känslor av skuld och skam leda till självdestruktivitet och långvarig psykisk ohälsa. Därtill riskerar nya barn att utsättas för övergrepp om förövare går fria.

ATT ARBETA FÖREBYGGANDE MOT KRÄNKNINGAR OCH ÖVERGREPP

BÖRJA MED ATT DISKUTERA FÖRENINGENS VÄRDERINGAR

Det kan vara svårt att ta upp ämnen som kränkningar och övergrepp i en idrottsförening. Risken finns att föreningens ledare eller medlemmar upplever obehag, känner sig ifrågasatta eller provocerade och inte vill delta i diskussionen. En bra strategi kan därför vara att närma sig dessa frågor stegvis. Börja med mer övergripande frågor om klubbens värderingar. *Hur vill ni ha det i er förening? Vilka principer ska styra er verksamhet? Hur ska ni vara mot varandra?* Fortsätt med en diskussion om barnkonventionen och vikten av trygga idrottsmiljöer. *Hur skapar ni en verksamhet som är bäst för barn?* På så sätt skapar ni ett större sammanhang där det blir både enklare och mer begripligt att komma in på och diskutera svåra frågor om barns behov av skydd mot kränkningar och övergrepp.

Se även till att diskussionen om er värdegrund blir en integrerad del av ert arbete. Prata om värdegrundsfrågor med era medlemmar och på möten med föräldrar. Kom även ihåg att lyssna på barnen. Se till att de är aktiva och väl införstådda i vilka värderingar som ni vill ha i klubben. Därmed skapas goda förutsättningar för att alla medlemmar i klubben blir delaktiga i att skapa och upprätthålla en positiv miljö.

GÖR EN KRISPLAN FÖR OFÖRUTSEDDA HÄNDELSER

Alla idrottsföreningar bör ha en krisplan för oförutsedda händelser. En krisplan kan enklast förstås som ett sorts uppslagsverk för hur ni i klubben ska agera vid olyckor, kränkningar eller andra oförutsedda händelser. Syftet är både att ni ska kunna agera snabbt och tydligt om något händer, och samtidigt minska den oro, stress eller oklarhet som kan uppstå bland medlemmar och föräldrar.

En krisplan anpassas alltid till respektive förening och dess verksamhet. Därför är det viktigt att kontinuerligt samtala, uppdatera och lista hur ni ska agera vid olika situationer, vem som är ansvarig för olika insatser och på vilket sätt ni informerar medlemmar och andra berörda av föreningens verksamhet.

På Riksidrottsförbundets webbplats *(https://idrottonline.se/Riksidrottsforbundet/Idrottochkriminalitet/Krisberedskap)* finns information och utkast till krisplan för idrottsföreningar.

Hur är det hos er?

Har ni en krisplan i din förening? Vet du vad du ska göra om något händer? Är det något som behöver uppdateras eller åtgärdas?

Var en närvarande och uppmärksam ledare

Som ledare har du på flera sätt en viktig roll för att skapa en trygg idrottsmiljö i din förening. Först och främst är du en viktig vuxen och förebild. Hur du agerar gentemot barnen påverkar givetvis den miljö ni skapar gemensamt. Alla våra tidigare råd om att utgå från vad som är det bästa för barnet, att lyssna och göra barnen delaktiga, är därmed viktiga för att utveckla en sund och positiv barn- och ungdomsidrott. Men du är inte bara en förebild. Du är även en person som är närvarande i barnens värld, som har möjlighet att överblicka vad som händer och kan ingripa när det behövs. Tänk på det som ett viktigt uppdrag för barns bästa. Var uppmärksam på hur ni agerar gentemot varandra – både under träningen eller tävlingen och i omklädningsrummen. Visa att du är där och att du ser vad som händer. Ingrip vid bråk eller olämpligt beteende. Prata med barnen om hur de beter sig mot varandra utanför föreningen, på sociala medier eller i skolan. Använd din förenings värdegrund som hjälpmedel. Samverka gärna med skola, fritidsgård eller andra föreningar där barnen finns.

Försök även att vara flera ledare i varje grupp. Enligt Riksidrottsförbundets anvisningar för en trygg idrottsmiljö ska det finnas minst två närvarande vuxna per lag eller grupp vid varje tränings- eller tävlingstillfälle. Då ökar möjligheten att ni kan överblicka vad som händer. Om föreningen dessutom tillämpar principen att en ledare inte ska vara ensam med barn, skapar det trygghet för både barn och ledare. Risken för övergrepp minskar – men också risken för ledare att bli misstänkliggjorda.

Utdrag ur belastningsregistret

Med början 2020 ska alla föreningar inom idrottsrörelsen begära av ledare, som har direkt och regelbunden kontakt med barn, att de visar upp ett utdrag från polisens belastningsregister. Syftet är att minska risken för övergrepp mot barn och ungdomar. Av utdraget framgår om personen ifråga har straffats för sexualbrott eller grova våldsbrott.

På Riksidrottförbundets webbplats (https://www.rf.se/RFarbetarmed/Tryggidrott/fragorochsvaromregisterutdrag) om trygg idrott finns mer information och lathund för hantering av registerutdrag.

Hur är det hos er?

Är ni minst två ledare vid varje aktivitet med barnen? Hur ser förutsättningarna ut för att vara närvarande och uppmärksam på vad som händer barnen? Har ni någon ledare som är mer ansvarig för sociala kontakter och inte enbart fokuserar på det tränings- eller tävlingstekniska?

Lästips om barns rätt till liv och utveckling.

Skapa trygga idrottsmiljöer.
https://www.rf.se/globalassets/riksidrottsforbundet/nya-dokument/nya-dokumentbanken/ovrigt/skapa-trygga-idrottsmiljoer.pdf

Barns upplevelser av emotionella övergrepp inom idrott
https://www.idrottsforskning.se/attityder-och-beteenden-som-kan-fa-idrottande-barn-att-ma-daligt/

Fem steg till en trygg idrottsmiljö för barn och unga.
www.räddabarnen.se/highfive

Riksidrottsförbundets policy mot sexuella övergrepp inom idrotten – med vägledning.
https://www.rf.se/globalassets/riksidrottsforbundet/nya-dokument/nya-dokumentbanken/policies/policy-mot-sexuella-overgrepp-inom-idrotten.pdf?w=900&h=900

Stopp! Min kropp!
raddabarnen.se/vad-vi-gor/barn-utsatta-for-sexuella-overgrepp/stopp-min-kropp/

Sexuella övergrepp inom idrotten
– om barnets rätt till en trygg idrott
bris.se/globalassets/pdf/rapporter/bris-rapport-sexuella-overgrepp_2017_2.pdf

Sju viktiga steg för att förebygga och hantera sexuella övergrepp inom idrotten
https://www.idrottsforskning.se/sju-viktiga-steg-for-att-forebygga-och-hantera-sexuella-overgrepp-inom-idrotten/

Skador hos unga idrottare
centrumforidrottsforskning.se/wp-content/uploads/2014/03/Skador-hos-unga-idrottare.pdf

CHECKLISTA FÖR DITT ANSVAR SOM LEDARE FÖR BARN

☑ VAR EN FÖREBILD!

Som ledare är du en viktig person i många barns liv. Vi är alla unika och personliga, vilket förstås är helt okej. Men det är viktigt att tänka på vad vi säger och hur vi agerar. Ditt sätt att vara och det du gör påverkar de barn du möter. Tänk igenom om det är något särskilt du vill att barnen ska känna när de tänker på dig som ledare? Vad kan du tänka på för att vara en trygg ledare?

☑ SKAPA EN TRYGG VERKSAMHET!

Konkretisera er värdegrund och låt den vara kontinuerligt närvarande. Påminn om att alla har lika värde och ska behandlas på ett schysst sätt. Skapa tillsammans med barnen regler och aktiviteter för hur ni ska vara trygga och ha kul.

☑ STÄLL ÖPPNA FRÅGOR TILL BARN!

Med öppna frågor menas den typ av frågor som barnen kan svara mer än ja eller nej på. Till exempel kan du fråga barnen vad de tycker är roligt, hur dagsformen är, på vilket sätt de vill vara med eller vad de vill träna mer på etc. Var noga med att prata på ett sätt som barnen förstår och stäm av det genom att fråga och kolla så att ni pratar om samma sak. Det skapar förutsättningar för att era aktiviteter utgår från vad som är bäst för respektive barn.

☑ SE BARN – OCH LYSSNA PÅ BARN!

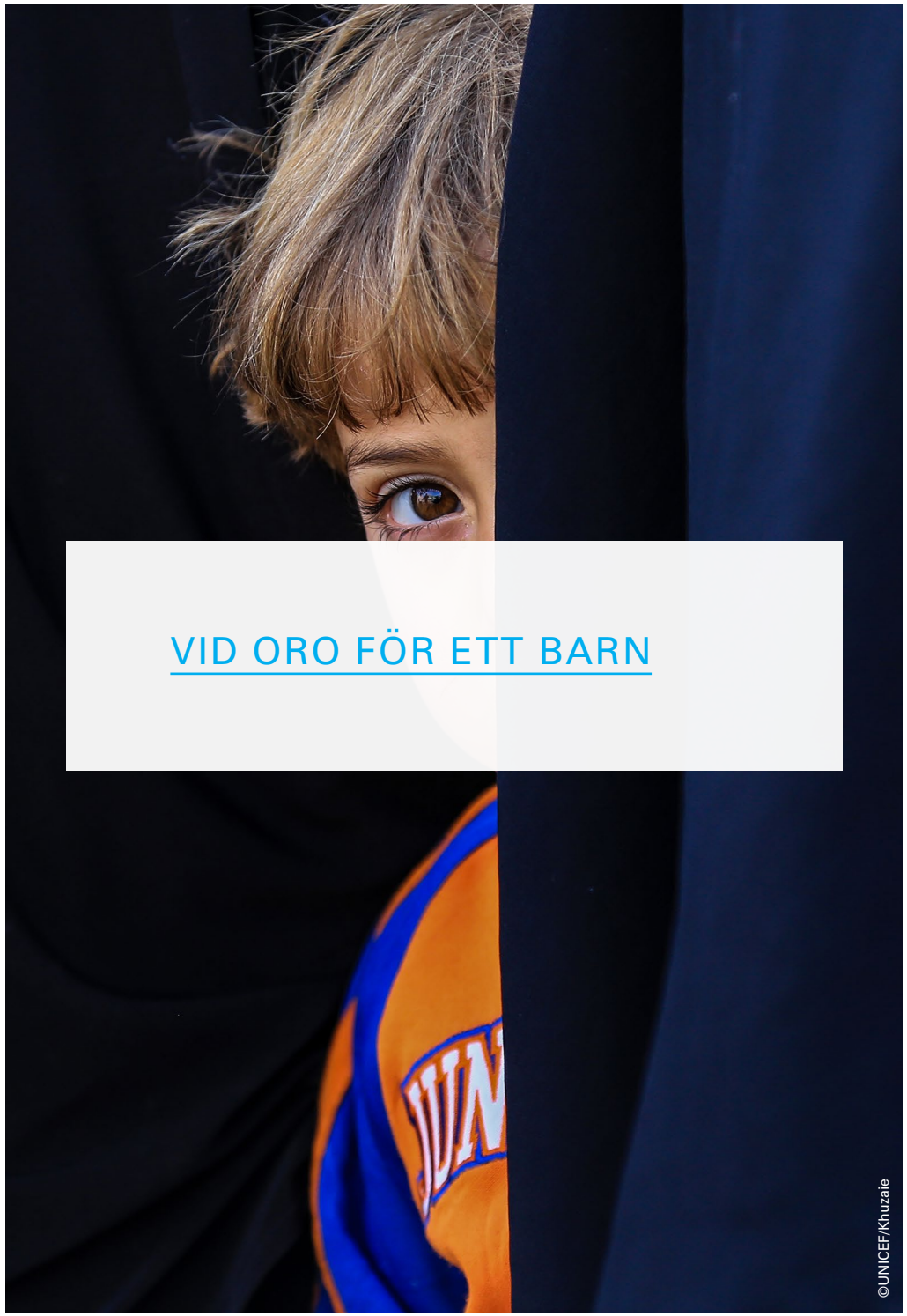
Även om du som ledare ska informera och instruera barn är det viktigt att skapa utrymme för varje barn, deras frågor och behov. Lär dig allas namn och var noga med att rikta dig till alla barn någon gång under ert pass tillsammans. Ta dig tid till att lyssna på barnen. Ditt bemötande och din förmåga att se och lyssna på barn bidrar till självkänsla och delaktighet.

☑ AGERA NÄR NÅGOT HÄNDER!

Ibland vill barn att vi ska hålla tyst och kanske bevara deras hemlighet. Men det går inte. Vi som vuxna har ett ansvar för att skydda barn och därför måste vi agera om vi känner till att ett barn far illa. Det måste du förklara för barnet. Ljug aldrig och lova aldrig att hålla tyst. Förklara vad du kommer att göra och informera barnet om att du inte kommer att göra något i hemlighet. Prata med barnet om vad som händer och påminn om att du vill barnets bästa. De flesta barn och ungdomar berättar ändå för en vuxen just för att de vill att något ska hända.

☑ VÅGA LEKA!

Att göra nya och oväntade saker kan skapa mycket god stämning i en grupp. Att leka, busa och skratta tillsammans med kompisar är dessutom en stor anledning till att många barn idrottar. Utmana dig själv och er verksamhet! Anordna ett träningspass på en oväntad plats, sjung er igenom uppvärmningen, skapa en egen olympiad eller något annat som barnen tycker är roligt. Att våga leka är bra både fysiskt och mentalt.



VID ORO FÖR ETT BARN

©UNICEF/Khuzaie

VID ORO FÖR ETT BARN



Som ledare i en förening har du en unik roll i barns liv. Du är en viktig person utanför den närmsta familjen. Du får förtroenden, ser saker och får höra saker om hur barn har det. Det är viktigt att som betydelsefull person i barns liv vara medveten om sitt ansvar och reagera om något känns fel. Detta gäller alla ledare. Särskilt dig som är vuxen. Alla har ansvar och vi måste vara beredda att ta det ansvaret.

Du behöver inte veta allt eller vara expert, och det kan vara skönt att veta vart du kan vända dig för att få stöd. I det här kapitlet har vi samlat information om vad du ska göra om du känner oro för ett barn och vart du kan vända dig för att få stöd. Detta kombineras med de rutiner ni har inom er förening. Kanske har ni en särskild trygghetsgrupp som följer upp oro och agerar ifall åtgärder behövs. Kanske är det föreningens ordförande som alltid gör orosanmälningar till socialtjänsten.

VAD MENAS MED ORO FÖR ETT BARN?

Vi pratar ibland om begrepp som att barn far illa eller att det finns oro för ett barn.

Här ges olika exempel på vad det betyder och du kan gå igenom vad som verkar stämma för det barn du tänker på.

Du hör eller ser att barnet:

- har svårt att koncentrera sig, på ett annat sätt än tidigare
- är lågt och nedstämt
- är utåtagerande och argt
- verkar rädd
- har ångest
- är orolig och nervös
- halkar efter eller har problem i skolan
- har problem med alkohol eller droger
- begår brott
- har tecken på skador från våld; som blåmärken, bränn-, bit- eller skärskador

Du anar, misstänker eller hör att barnets föräldrar eller vårdnadshavare:

- är frånvarande och svåra att få kontakt med i ärenden som rör barnet
- brister i sin omsorg om barnet
- uttrycker sig nedlåtande om barnet
- tar på barnet på ett sätt som inte känns okej
- är våldsamma och hotfulla
- har problem med alkohol eller droger
- inte har tillräckligt med pengar
- är påverkade av arbetslöshet, sjukdom eller separation
- bråkar mycket

ANMÄLAN TILL SOCIALTJÄNST ELLER POLIS?

Är du orolig för att ett barn mår dåligt eller far illa ska du följa upp det. Så att barnet kan få hjälp, må bra och känna sig trygg.

Många människor kan känna oro inför att själva göra en anmälan till socialtjänst eller polis. Kanske är vi rädda för att göra fel, att situationen blir värre eller att ingenting händer. Men det är absolut nödvändigt att anmäla oro för ett barn. Det är först då som socialtjänsten kan utreda och erbjuda barnet skydd och stöd. Prata med din förening för att få stöd men agera själv och tänk inte att någon annan ska göra något förrän du säkert vet att det är så.

Polis och socialtjänst har olika ansvarsområden och det är olika saker att göra en polisanmälan och en orosanmälan till socialtjänsten. Polisen utreder eventuella brottsmisstankar och socialtjänsten utreder vilket behov av skydd och stöd barnet har. Oftast gör socialtjänsten en egen polisanmälan om det inkommer en orosanmälan som innefattar misstanke om brott mot ett barn. Polisen ska också upprätta en orosanmälan till socialtjänsten om de får kännedom om att ett barn far illa. Men det finns inga garantier för att detta alltid sker. Överväg att ta kontakt med socialtjänst och polis för att säkerställa att barnet får den hjälp som det har rätt till.

Vid en anmälan till socialtjänst eller polis bör du uppge hur du fått kännedom om situationen. Har barnet själv berättat? Har du sett tecken på att barnet verkar skadat eller inte mår bra och inte får någon bra förklaring från barnet eller dess vårdnadshavare? Har någon annan berättat för dig vad som hänt? Berätta vad din oro handlar om och ge de konkreta exempel du har.

Kom ihåg att oro för ett barn inte behöver betyda att något faktiskt har hänt. Kanske handlar din oro om att något inte står rätt till eller att något riskerar hända. Detta är tillräckliga skäl för att gå vidare med en orosanmälan till socialtjänsten. Det är oron som är grunden för din anmälan – inte en faktisk händelse.

Innan du anmäler din oro bör du och din förening göra en enkel kartläggning av nuläget. Detta för att samla underlag till anmälan, inte för att utreda eller samla bevis.

1. Oro för ett barn

- Vad har hänt?
- Vem gäller det?
- Hur har du fått kännedom om att det finns oro för ett barn?

2. Stöd och samtal

- Se till att personer som behöver det får vård och stöd.
- Samtala med ansvarig i föreningen och andra berörda kring vad som nu ska göras.

3. Åtgärd och uppföljning

- Ska anmälan till socialtjänst eller polis göras? Vem gör det?
- Vilka övriga åtgärder vidtas och av vem?

Orosanmälan till socialtjänsten

I socialtjänstlagen står det att *alla* som misstänker att ett barn far illa bör anmäla det till socialnämnden (socialtjänstlagen kap. 14, 1c). Personer som jobbar i hälso- och sjukvården, skolan och i socialtjänsten har anmälningsskyldighet. Med detta menas att de är skyldiga att anmäla misstankar om att ett barn far illa till socialtjänsten. Som idrottsledare eller tränare har du inte anmälningsskyldighet, men du bör, precis som alla andra, ändå anmäla sådana misstankar. Risken är annars att socialtjänsten saknar nödvändig information för att ge barn det stöd och skydd som de har rätt till.

Om du misstänker att ett barn far illa kan socialtjänsten utreda barnets behov av skydd och stöd. Situationer som kan leda till en orosanmälan kan till exempel vara fysiska, psykiska eller sexuella övergrepp, mobbning eller bristande omsorg om ett barn. Om du är osäker på om en anmälan ska göras kan du alltid diskutera situationen med socialtjänsten utan att avslöja vilket barn det handlar om. Då kan du även få råd och stöd utifrån den aktuella situationen och hur du bör agera.

Du behöver inte ha några bevis för vad som har hänt barnet du oroar dig för och det är socialtjänsten som utreder och bedömer om ett barn far illa eller riskerar att utsättas för övergrepp. Finns misstanke om brott, kan socialtjänsten även anmäla detta till polisen om du inte vill eller har möjlighet att göra det.

Du gör din anmälan per telefon eller i en skriftlig anmälan som postas eller mejlas till den socialtjänst som finns i barnets hemkommun. Det är därför viktigt att du tar reda på vilka kontaktuppgifter som är aktuella där barnet bor. Om du är osäker på vilken socialtjänst som är ansvarig för barnet så är det viktigast att du uppger det du vet om barnets boende, skola eller kommun så att anmälan kan vidarebefordras till rätt kommun och ansvarig socialtjänst.

Det är också viktigt att ni i föreningen har en policy och tydliga ansvarsområden så att det är tydligt hur ni gör när oro finns för ett barn, på vilket sätt ni följer upp det och vem som gör anmälan till socialtjänsten.

Det finns inga formella krav vid en anmälan, men följande är bra att ha med:

- Barnets namn och personnummer
- Var barnet bor
- Var barnet går i skola
- Din relation till barnet
- Om vårdnadshavare vet om att anmälan görs
- Om barnet vet om att anmälan görs
- Grunden för din anmälan – beskrivning av din oro

Du kan alltid göra din anmälan anonymt. Du behöver inte lämna kontaktuppgifter till varken dig eller din förening. Men det kan ibland vara bra att ändå lämna dina kontaktuppgifter. Då får socialtjänsten möjlighet att återkoppla till dig i ärendet. Dessutom kan det förstås vara lättare för socialtjänsten att göra en relevant bedömning om grunden till anmälan är tydlig och pålitlig.


©UNICEF/Dahlstrand

Anmälan till polis

Brott ska anmälas till polisen. Det kan vara du som anmäler, någon annan från föreningen eller socialtjänsten som fått in en orosanmälan och bedömer att polisanmälan behövs. Händer något akut och polis behöver tillkallas direkt ringer du 112. Om du är osäker på vad som räknas som ett brott eller om ingen är i akut fara kan du få råd genom att ringa 114 14.

Exempel på brott

- att ett barn blir slaget
- att någon tar fysiskt på ett barn på ett sätt som känns obehagligt för barnet eller gör barnet rädd
- att någon förgriper sig sexuellt på ett barn
- att någon hotar eller skrämmer ett barn
- att ett barn blir av med ägodelar



Ni bör ha en policy i föreningen och tydliga ansvarsområden så att det är tydligt vem som ansvarar för att en polisanmälan görs.

Gör en polisanmälan så fort som möjligt så att det lättare går att hitta tekniska bevis och förhöra vittnen. Polisanmälan görs för att den som utfört brottet ska få sitt straff, för att förhindra nya brott och för att ge upprättelse för den som drabbats.

Polisanmälan kan göras på polisstation eller genom att ringa 114 14. Vid anmälan måste anmälarens personuppgifter samt personuppgifter för den som utsatts för brottet lämnas. En del brott kan polisanmälas på polisen.se; det gäller främst inbrott, kontokorts-bedrägeri och stöld.

CHECKLISTA FÖR SAMTAL MED BARN

Vuxna har ansvar för att se till att barn kommer till tals, kan berätta vad som är viktigt för dem och vad de önskar och behöver. Olika situationer ger olika typer av samtal. Här får ni några sammanfattande tips som ni generellt kan ha med er.

Vid oro för ett barn är det särskilt viktigt att ni stannar upp och funderar på om ni ens ska ha samtalet. Ni har inget ansvar att utreda och kontrollera uppgifter. Det är socialtjänstens ansvar. Ditt ansvar som ledare är att möta barnet på ett tryggt sätt, där både du och barnet är bekväma och vet varför ni ska ha ett samtal.

Här är en enkel guide kring hur du kan planera och tänka när du ska prata med barn.

☑ 1. TÄNK PÅ SAMMANHANGET

Var är ni? Vad gör ni? Hur många är ni? Vilket utrymme finns det för samtal? Har ni tillräckligt med tid?

Kanske är ni på en samling och vill informera gruppen om något eller berätta om upplägget för dagens aktivitet. Det är bra att sitta i en ring och tänka på att alla ska kunna se, höra eller få stöd i att tolka det som sägs. Fråga om det finns några frågor och besvara dem allt eftersom.

Om det är något som hänt, några barn som är i konflikt eller du av annan anledning behöver prata enskilt och längre med något barn bör ni gå undan och skapa ett tryggt sammanhang. Med det menas att ni sitter i ett rum där ni inte blir störda, och att barnet känner att det är rätt personer närvarande. Kanske ska en förälder delta, en kompis eller en annan ledare.

☑ 2. FÖRKLARA VARFÖR NI SKA PRATA

Berätta varför ni har samlats och vad ni ska prata om. Var tydlig med att du vill barnet väl och att ni tillsammans ska gå igenom vad som hänt, vad barnet tycker är viktigt eller vad du eventuellt är orolig över.

☑ 3. STÄLL ÖPPNA FRÅGOR OCH FÖLJ UPP

Tänk på att ge barnet utrymme att prata. Vuxna tenderar ofta att prata väldigt mycket och ställa frågor som barn mest kan svara ja eller nej på. Var nyfiken men inte otålig utan ge barnet tid att fundera och svara. Öppna frågor är de som inte har några färdiga svarsalternativ och de ger ofta mycket mer information. Bra kom ihåg är frågor som utgår från vad, när, hur och på vilket sätt. Till exempel; Vad är det som har hänt? När hände det? Hur blev det för dig? På vilket sätt ska vi agera nu? Var lugn och ge barnet utrymme att svara. Sen fortsätter du och ställer följdfrågor. Till exempel; Kan du berätta mer om det? Vad hände sen? Hur kändes det?

☑ 4. SAMMANFATTA OCH BEKRÄFTA

Var noga med att sammanfatta och försäkra dig om att du fått med dig allt på rätt sätt. Ställ frågor likt ”är det riktigt att …”, ”stämmer det att du …” etc. Vissa saker kan vara svåra för barnet att prata om. Det kanske kommer först efter några samtal eller i en oväntad situation som till exempel på väg till eller från en aktivitet. Påminn barnet om att du finns kvar, bryr dig och är redo om och när barnet vill prata. Bekräfta barnet och var noga med att förmedla att det är okej att känna och reagera på olika sätt. Att samtalet var viktigt för att du ville veta om ni behöver göra något eller om allt känns okej.

☑ 5. GÅ IGENOM NÄSTA STEG

Innan ni skiljs åt är det viktigt att ni båda vet vad som händer härnäst. Behöver ni prata med något mer barn kring vad som hänt, kontakta någon förälder eller informera ansvarig person i föreningen? Om det är aktuellt med en anmälan till socialtjänst eller polis så pratar du med barnet om det och förklarar varför det är viktigt. Bestäm också hur ni följer upp och stämmer av vad som hänt och hur det känns nu för barnet.

VIKTIGA TELEFONNUMMER

SOS Alarm 112
Vid akut fara för liv eller egendom.
Kan få hjälp av polis, brandkår och ambulans.

POLISEN 114 14
För rådgivning kring vad som är ett brott eller hur en situation ska hanteras.
Här kan du anmäla brott.
Kan kopplas till socialjour vid akut oro för ett barn.

SOCIALTJÄNSTEN
Kontorstid

_____

Vår kommuns mottagningsgrupp för individ och familj

På kvällar, nätter och helger

_____

Vår kommuns nummer tilll socialjour

Sjukvårdsrådgivning 1177
Råd och stöd kring sjukdom och skada

Dessa telefonnummer är bra att ha uppsatta vid er verksamhet.

Idrottsombudsmannen 08-627 40 10
Stöttar och ger råd när idrottens värdegrund bryts.

Förening
Ansvarig för trygghetsfrågor som rör barn och unga i föreningen

_____

Distriktsförbund
Sakkunnig i barn- och ungdomsidrott

_____

BRIS stödlinje för barn upp till 18 år 116 111
(kan även mejla och chatta, mer info på bris.se)

BRIS stödlinje för idrottsledare 077-44 000 42



©UNICEF/Gilbertson

LÄS- OCH LÄNKTIPS

Läs- och länktips

UNICEF SVERIGE
unicef.se
UNICEF samlar fakta om barnkonventionen, har rapporter och handböcker att ladda ner samt ger en överblick av arbetet för att tillgodose barns rättigheter runt om i världen. Här kan du boka in en barnrättsinformatör som besöker er och berättar mer om barnkonventionen.

RIKSIDROTTSFÖRBUNDET
rf.se
Riksidrottsförbundet har ansvar för att barn- och ungdomsidrotten i Sverige följer barnkonventionen. På deras webbplats hittar du material, policydokument samt stöd kring att upprätta en krisplan.

IDROTTENS HIMMEL OCH HELVETE
urskola.se
Utbildningsradion har tagit fram flera program (att se eller lyssna på) kring vilken betydelse idrottsrörelsen har. Skriv idrottens himmel och helvete i sökrutan så hittar du flera intressanta program och diskussionsområden.

POLISEN
polisen.se
Det finns en särskild rubrik ”brott mot barn” där fakta samlas kring vad som räknas som brott, hur en förundersökning går till och särskild information riktad till barn, unga och vuxna.

BARNOMBUDSMANNEN
barnombudsmannen.se
En statlig myndighet som har i uppdrag att företräda barns och ungas rättigheter och intressen utifrån barnkonventionen. Här hittar du till exempel barnkonventionen på flera olika språk och du kan söka och se statistik om barns och ungas levnadsförhållanden i den kommun som är relevant för dig.

MYNDIGHETEN FÖR UNGDOMS- OCH CIVILSAMHÄLLESFRÅGOR
mucf.se
En statlig myndighet som tar fram och förmedlar kunskap om ungas levnadsvillkor och om det civila samhällets förutsättningar. Följer upp den nationella ungdomspolitiken och informerar om vilka typer av stöd och metoder som finns.

DISKRIMINERINGSOMBUDSMANNEN
do.se
Diskrimineringsombudsmannen är en statlig myndighet som arbetar på uppdrag av Sveriges riksdag och regering för att främja lika rättigheter och möjligheter samt motverka diskriminering. Här kan du läsa mer om diskrimineringsgrunderna, hitta exempel och få stöd i hur du kan arbeta förebyggande.

SOCIALTJÄNSTEN
socialstyrelsen.se/socialtjanst
Socialstyrelsen har ansvar för socialtjänstens verksamhet. Här kan du läsa mer om vad det innebär. Sedan är det respektive kommun som genomför arbetet och har lokala socialtjänstkontor. Mer information om det hittar du på kommunens egen webbplats.

KOLL PÅ SOC
kollpasoc.se
Socialstyrelsen och Barnombudsmannens information för unga kring socialtjänsten, olika begrepp och vad för hjälp som finns att få.

JAG VILL VETA – OM BARNS OCH UNGAS RÄTTIGHETER VID BROTT
jagvillveta.se
Brottsoffermyndigheten lyfter på ett konkret och åldersanpassat sätt upp vad som är brottsligt, hur en anmälan går till och det finns länkar till viktiga, lokala kontakter.

DATAINSPEKTIONEN
kränkt.se
Datainspektionen ger råd för den som har blivit kränkt på internet, förklarar hur saker som lagts upp kan tas bort och på vilket sätt du kan få stöd.

YOUMO
youmo.se
Ungdomsmottagningars sajt med information, på olika språk, om kärlek och vänskap, övergrepp och vad du gör om du mår dåligt samt kontaktuppgifter till lokala mottagningar.





BILAGA 1 – BARNKONVENTIONENS ARTIKLAR I KORTFORMAT

På unicef.se/barnkonventionen
kan du läsa mer om varje artikel.




ARTIKEL 1
Som barn räknas varje människa under 18 år.

ARTIKEL 2
Alla barn är lika mycket värda och har samma rättigheter. Ingen får diskrimineras.

ARTIKEL 3
Vid alla beslut som rör barn ska i första hand beaktas vad som bedöms vara barnets bästa.

ARTIKEL 4
Varje stat ska ta ansvar för och nyttja sina resurser till fullo för att uppfylla barns rättigheter. Där det behövs ska stater samarbeta internationellt.



ARTIKEL 5
Barnets föräldrar eller annan vårdnadshavare ansvarar för barnets uppfostran och utveckling. De ska också stötta barnet i att få sina rättigheter uppfyllda.

ARTIKEL 6
Barn har rätt till liv, överlevnad och utveckling.

ARTIKEL 7
Barn har rätt till ett eget namn och ett medborgarskap. Barnet har rätt, så långt det är möjligt, att få veta vilka dess föräldrar är och få deras omvårdnad.

ARTIKEL 8
Barn har rätt till sin identitet, sitt medborgarskap, sitt namn och sina släktförhållanden.





ARTIKEL 9
Barn ska inte skiljas från sina föräldrar, utom när det är nödvändigt för barnets bästa.

ARTIKEL 10
Barn har rätt att återförenas med sin familj om familjen splittrats.



ARTIKEL 11
Varje stat ska bekämpa olovligt bortförande och kvarhållande av barn i utlandet.

ARTIKEL 12
Barn har rätt att uttrycka sin mening och höras i alla frågor som rör barnet. Hänsyn ska tas till barnets åsikter, utifrån barnets ålder och mognad.



ARTIKEL 13
Barn har rätt till yttrandefrihet; att tänka, tycka och uttrycka sina åsikter, med respekt för andra personers rättigheter.

ARTIKEL 14
Barn har rätt att utöva vilken religion de vill, eller ingen alls.

ARTIKEL 15
Barn har rätt att delta i föreningar och fredliga sammankomster.

ARTIKEL 16
Barn har rätt till ett privatliv.

ARTIKEL 17
Barn har rätt att få tillgång till information via till exempel internet, radio och tv. Staten ska uppmuntra att det skapas material som är av värde för barn och som inte är skadligt.



ARTIKEL 18
Barnets föräldrar eller vårdnadshavare, har gemensamt huvudansvar för barnets uppfostran och utveckling, med statens stöd.

ARTIKEL 19
Barn ska skyddas mot alla former av fysiskt eller psykiskt våld, skada eller övergrepp, vanvård eller försumlig behandling, misshandel eller utnyttjande, inklusive sexuella övergrepp.

ARTIKEL 20
Barn som av olika anledningar inte kan bo kvar i sin hemmiljö har rätt till skydd och stöd från staten, samt rätt till ett alternativt hem.

ARTIKEL 21
Vid adoption ska staten säkerställa att största vikt ges till vad som bedöms vara barnets bästa.



ARTIKEL 22
Barn på flykt har rätt till skydd, och hjälp att spåra och hitta sina föräldrar eller andra familjemedlemmar.






ARTIKEL 23
Barn med funktionsnedsättning har rätt till ett fullvärdigt och anständigt liv samt hjälp att aktivt delta i samhället.

ARTIKEL 24
Barn har rätt till bästa möjliga hälsa, tillgång till hälso- och sjukvård samt till rehabilitering. Traditionella sedvänjor som är skadliga för barns hälsa ska avskaffas.

ARTIKEL 25
Varje stat ska regelbundet se till att ett barn som är omhändertaget av myndigheter behandlas väl.

ARTIKEL 26
Barn har rätt till social trygghet samt till statligt stöd, ifall föräldrar eller annan vårdnadshavare saknar tillräckliga resurser.

ARTIKEL 27
Barn har rätt till skälig levnadsstandard, till exempel bostad, kläder och mat.



ARTIKEL 28
Barn har rätt till utbildning. Grundskolan ska vara obligatorisk, kostnadsfri och tillgänglig för alla.

ARTIKEL 29
Skolan ska hjälpa barnet att utvecklas och lära barnet om mänskliga rättigheter.



ARTIKEL 30
Barn som tillhör etniska, religiösa eller språkliga minoriteter, eller som tillhör ett urfolk, har rätt till sitt språk, sin kultur och sin religion.

ARTIKEL 31
Barn har rätt till lek, vila och fritid.

ARTIKEL 32
Barn har rätt att skyddas mot ekonomiskt utnyttjande och mot arbete som är skadligt eller so hindrar barnets skolgång.

ARTIKEL 33
Barn ska skyddas från narkotika.







ARTIKEL 34
Barn ska skyddas från alla former av sexuellt utnyttjande och sexuella övergrepp.

ARTIKEL 35
Varje stat ska förhindra bortförande och försäljning av, eller handel med, barn.

ARTIKEL 36
Varje stat ska skydda barn från alla andra former av utnyttjande som kan skada barnet.

ARTIKEL 37
Barn ska inte utsättas för tortyr, annan grym behandling, bestraffning eller dödsstraff. Frihetsberövande av ett barn ska ske i enlighet med lag och får endast användas som en sista utväg och för kortast lämpliga tid.



ARTIKEL 38
Varje stat ska säkerställa skydd och omvårdnad av barn som berörs av en väpnad konflikt.

ARTIKEL 39
Barn som har utsatts för vanvård, utnyttjande, övergrepp, tortyr eller väpnade konflikter har rätt till rehabilitering och social återanpassning.

ARTIKEL 40
Barn som anklagas för brott, eller har blivit dömt för en straffbar handling, har rätt att behandlas rättvist och respektfullt, få juridiskt stöd samt återanpassas i samhället.

ARTIKEL 41
Om det finns bestämmelser i en stat, som går längre för barns rättigheter än innehållet i barnkonventionen, gäller de bestämmelserna.

ARTIKEL 42
Varje stat ska göra barnkonventionen allmänt känd bland både vuxna och barn.

ARTIKEL 43–54
Regler om hur barnkonventionen följs upp och vad stater ska göra för att följa den.



BILAGA 2 – DISKUSSIONSUNDERLAG KRING BARNKONVENTIONENS FYRA GRUNDPRINCIPER





Artikel 2

Alla barn är lika mycket värda och har samma rättigheter. Ingen får diskrimineras.

Är alla barn välkomna till vår verksamhet? Vilka är med? Vilka saknar vi? Hur välkomnar vi barn? Behövs särskild anpassning? Vem är ansvarig för hur vi når ut och möter barn?

Artikel 3

Vid alla beslut som rör barn ska i första hand beaktas vad som bedöms vara barnets bästa.

Hur gör vi för att fatta beslut och driva verksamhet som är bäst för barn? Vad är vi bra på? Vad kan vi utveckla? Vem är ansvarig för att besluten blir bäst för barn? Vad gör vi om vi tycker olika?





Artikel 6

Barn har rätt till liv, överlevnad och utveckling.

Är vår verksamhet trygg för barn? Hur ser det ut i vår verksamhet vad gäller kränkningar och övergrepp? Vet vi hur barnen upplever det? Finns det saker vi behöver ta reda på? Hur gör vi när vi får kännedom om att barn far illa? Vem ansvarar för åtgärder?

Artikel 12

Barn här rätt att uttrycka sin mening och höras i alla frågor som rör barnet. Hänsyn ska tas till barnets åsikter, utifrån barnets ålder och mognad.

Kring vilka saker kan och får barn vara med och bestämma? Hur ger vi barn inflytande och delaktighet? På vilket sätt lyssnar vi på barn? Vem är ansvarig för att samla in barns röster och åsikter?



UNICEF Sverige
Box 8161
104 20 Stockholm
08-692 25 00
unicef.se

unicef
för alla barn