



FRIIDROTTENS VÄRDEGRUND



VÄRDEFULLT

Friidrottens värdegrund

Friidrotten har en gemensam grundsyn som bygger på glädje och respekt.

Vi arbetar för jämställdhet och jämlikhet på alla nivåer. Det ska finnas plats för alla, oavsett ålder, kön, ras, etnisk bakgrund, politisk åsikt eller sexuell läggning.

Svensk Friidrott arbetar mot användning av doping och droger.

Idrotten vill

Den svenska idrottsrörelsens gemensamma vision är: *"Svensk idrott – världens bästa"*.

Svensk idrott vill vara bäst i världen på alla nivåer. Vi vill ständigt utvecklas och förbättras till både form och innehåll. Det bygger på en självstyrande och samlad idrottsrörelse med starka förbund och föreningar och en utbildningsverksamhet i världsklass.

I tillägg till visionen har svensk idrott enats om fyra gemensamma värderingar:

Glädje & 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 & Delaktighet

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

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

och ärlighet är en förutsättning för tävlande på lika villkor. Det innebär att alla håller 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.

I "Idrotten vill" står det mer att läsa om de gemensamma värderingarna. Du hittar den här: www.rf.se/dokumentbank.

I idrottens gemensamma idédokument Idrotten Vills riktlinjer för barn- och ungdomsidrott står det bland annat att:

- Idrott för barn och ungdomar upp till 18 år ska bedrivas ur ett barnrättsperspektiv och följa FN:s konvention om barns rättigheter (Barnkonventionen).
- Idrottsföreningarna ska erbjuda alla barn en kamratlig och trygg social miljö, där de kan utvecklas och bli delaktiga i utformningen av verksamheten och därmed vänja sig vid att ta ansvar för sig själva och andra.

Hjälp från RF genom policydokument

Riksidrottsförbundet har tagit fram ett antal policydokument som gäller för hela idrottsrörelsen. Här kan din förening få hjälp och stöd i ert värdegrundsarbete.

Några av de användbara dokumenten är:

- Policy mot diskriminering på grund av sexuell läggning
- Policy och handlingsplan mot sexuella trakasserier
- Policy mot sexuella övergrepp inom idrotten
- Idrottens jämställdhetsplan

Dokumentet finns att ladda ner här: www.rf.se/Shortcuts/Dokumentbank1/Policies

Utdrag ur utbildningsmaterialet

Friidrott för barn (2011)

Ur kapitlet "Ledaren" (Elin Sundlöf)

Du som friidrottsledare är viktig för de barn du leder, för den förening du är verksam i och för hela friidrotts-Sverige. Det är du som barnledare som ger många barn det första fina minnet av friidrott, som skapar ett intresse att fortsätta eller kanske komma tillbaka senare. Det är du som på plats lockar fram skrattet med roliga övningar i friidrottsform, som peppar och stöttar varje träning. Du är en förebild och du överför många viktiga värderingar till din grupp. Du är ett nav inom friidrotten. (sidan 6)

Se till att uppmärksamma varje barn, minst en gång varje träning. Sök ögonkontakt, prata med honom eller henne, uppmuntra, beröm och visa att du bryr dig. Att känna sig önskad och lyckad är otroligt viktigt för barn såväl som vuxna. (sidan 12)

Kom ihåg att du är en förebild. Det stämmer att barnen gör som du gör och inte som du säger. Vid sidan av föräldrarna är kanske du den vuxna person de tar mest intryck av. Ditt uppträdande och dina värderingar suger barnen upp som svampar. (sidan 12)

Ur kapitlet "Verksamheten" (Elin Sundlöf)

Som ledare för barn i denna ålder är du med och formar deras första intryck av idrott. Det är viktigt, både för friidrotten och för barnen, att den verksamhet de kommer till erbjuder en positiv idrottsmiljö där sunda värderingar kan utvecklas. (sidan 25)

Som ledare är du alltid en viktig representant för din förening. Det är till dig barnen och deras föräldrar kommer i sin kanske första kontakt med friidrotten, föreningen eller träningsgruppen. Vad du förmedlar är betydande för hur din förening uppfattas och med ditt sätt att vara bidrar du till att skapa klubbkänsla. Du är en viktig kugge i föreningsmaskineriet. (sidan 27)

Det kan vara nyttigt och inspirerande att då och då genomföra träffar för alla ledare i föreningen som möter idrottande barn. På sådana träffar kan ni t ex diskutera eventuella problem, planera gemensamma aktiviteter och få rapporter från styrelsen. Ledarträffar kan också vara ett utmärkt tillfälle att utbyta tips och idéer om stort och smått. (sidan 27)



Grundträning i friidrott (2011)

Ur kapitlet "Friidrottstränarskap" (Håkan Widlund)

Inom friidrotten är det vanligt att en aktiv har en och samma tränare under flera år, ibland under hela karriären. Givetvis bygger det på en fungerande relation och att tränare och aktiv utvecklas tillsammans. Vissa saker är grundläggande oavsett om det gäller tränarens förhållande till en ung friidrottare eller till en elitaktiv.

Tränaren måste "se hela människan", att den aktive är en individ som tycker att friidrotten är en viktig del av livet, samtidigt som du måste förstå att andra saker också måste få ta plats och utrymme för att den aktive ska må bra. En skicklig tränare har förmågan att inse att det som sker utanför träningen påverkar den aktives humör, dagsform och välbefinnande.

Ibland gör den aktive misstag, betar sig illa eller har en dålig dag. Även då, ja kanske framför allt då, är det viktigt att finnas till hands för att hjälpa och rätta till utan att döma eller fördöma. Det är vid dessa tillfällen tränaren behövs som stödperson allra mest.

Den aktive är inte sin idrottsprestation. Som tränare har du ett ansvar för att förmedla detta till de aktiva. Om den aktive känner värde och uppskattning från sin tränare oavsett sin idrottsliga framgång under träning och tävling så blir det tydligt att människovärdet är det viktigaste av allt.

Relationen mellan tränare och aktiv ska vara sund. Tränaren ska agera vuxet och låta den unga individen utvecklas till något som den själv vill bli. Om en aktiv hamnar i beroendeställning och kommer till träningen bara för tränarens skull och inte för sin egen tappar idrottsverksamheten sitt syfte. En genomarbetad föreningspolicy och tränare som lever efter denna policy är instrument som gynnar ett sunt tränarskap.

Tyvärr finns det exempel på avarter av relationer mellan tränare och aktiva där tränaren agerar i eget intresse, utnyttjar sin ställning och begår övergrepp mot den aktive. Detta är ofta mycket svårt att upptäcka för omgivningen, men om du som tränare misstänker något kan det vara ett brott som ska polisanmälas. Om denna situation uppstår gäller det att tänka på barnens och ungdomarnas bästa och tillkalla den experthjälp som finns att få.
(sidorna 15-16)



Att ha tränarkollegor att prata med gör också att du kan utveckla din förmåga att hantera situationer som uppstår i verksamheten. Att kunna diskutera fram en gemensam ståndpunkt kring olika dilemman är en av styrkorna med att jobba i tränarteam. (sidan 17)

För ungdomarnas del ger tränarteamet möjligheter att möta olika tränare med olika ledarstil och sätt att kommunicera på. På så sätt ökar sannolikheten att många ungdomar i gruppen kan hitta någon vuxen att ty sig till och verkligen få förtroende för. (sidan 18)

Vart ska jag vända mig?

Källa: Svenska Ridsportsförbundet

Svenska Friidrottsförbundet

Svensk Friidrott i form av föreningar, distriktsförbund och det nationella förbundet finns tillgängliga för att lyssna, vägleda och agera om det är något i verksamheten som inte fungerar bra. I specifika frågor är vi inte alltid experter men gör vårt bästa för att om så behövs involvera människor som är experter och kan ge bästa möjliga vägledning. Är det något du vill prata om, tveka inte att kontakta oss eller någon av nedanstående organisationer.

Under 2012 kommer det att finnas en person på Svensk Friidrotts förbundskansli som är den nationella kontaktvägen i dessa frågor och därmed gärna har en dialog med föreningar och distriktsförbund som har frågor. Besök hemsidan www.friidrott.se för mer information om vem du skall kontakta.



BRIS - Barnens Rätt i Samhället

Barn & unga

BRIS är till för barn upp till 18 år och till BRIS kan du ringa, maila eller chatta via deras hemsida, www.bris.se. Till BRIS 116 111 kan alla under 18 år ringa och prata med en vuxen om vad som helst. Det är gratis och ditt nummer syns inte på deras telefoner. Man kan inte heller se på telefonräkningen att du har ringt. Du behöver inte tala om vem du är och du bestämmer själv vad du vill prata om.

Numret till BRIS är: 116 111

Telefonen är öppen: måndag-fredag kl. 15-21, lördag-söndag 15-18.
Alla tider kan du maila till BRIS via Brismailen på hemsidan.

Stödtelefon för vuxna

BRIS tar här emot samtal från vuxna som behöver någon att prata med kring frågor och problem som rör barn. Hit är alla vuxna välkomna att ringa anonymt för att prata om vad som helst. Varje samtal besvaras av en erfaren person som arbetar på BRIS och du kan självklart vara anonym.

BRIS Vuxentelefon, om barn: 077-150 50 50. Telefonen är öppen: måndag-fredag kl. 10-13.
Sammalet kostar som ett vanligt telefonsamtal.



Rädda Barnen

Barn & unga

Rädda Barnens centrum för barn och ungdomar i kris har funnits i Stockholm sedan 1990. Idag har Rädda barnen mottagningar i Stockholm, Göteborg, Malmö och Umeå. Rädda barnens centrum för barn och ungdomar i kris arbetar med särskilt utsatta grupper av barn men tar aldrig över ansvar som samhället har för vård och behandling.

Kriscentrums personal nås vis Rädda Barnens växel under kontorstid på 08-698 90 00

Läs mer på www.rb.se



Rädda Barnen

Föräldrar

Riksidrottsförbundet har nyligen inlett ett samarbete med Rädda Barnen - Föräldratelefonen. Rädda Barnens föräldratelefon och tillhörande Föräldr mejl stöttar föräldrar och andra vuxna i alla frågor gällande barn. Den som ringer får vara anonym och de som svarar är själva föräldrar utbildade för att kunna stödja andra föräldrar. Riksidrottsförbundet har utbildat svararna i frågor om barn- och ungdomsidrott.

Föräldratelefon: 020-786 786

Telefonen är öppen: tisdag-fredag kl. 18-21, lördag-söndag 15-16

Läs mer på www.rf.se

Ungdoms- mottagningen

Hos din ungdomsmottagning på nätet finns länkar till sidor om bland annat Kärlek & vänskap, Sex, Våld & kränkningar samt Att må dåligt.

Här finns också en sida med råd om hur Att ta hjälp och en sökmotor där du kan söka en ungdomsmottagning nära dig.

Läs mer på www.umo.se



Friends

Friends är en icke-vinst-drivande organisation vars uppdrag är att stoppa mobbning. Friends utbildar och stödjer skolor och idrottsföreningar i hela landet. Friends vision är ett samhälle där barn och ungdomar växer upp i trygghet och jämlikhet. Friends arbetar långsiktigt genom utbildning, rådgivning och opinionsbildning för att öka kunskap och engagemang hos vuxna och barn.

Läs mer på www.friends.se



Kommunen

Många kommuner runt om i landet har krisjourer som hjälper till om något har hänt och experthjälp behövs. Ta kontakt med din kommun om något har hänt och se om de kan hjälpa både de som är direkt drabbade och deras närstående.

Skolan

På skolan med rektor, lärare, skolsyster och kurator m.fl. finns kunskap och kontakter. Du som är elev kan kontakta lärare eller kurator, du som är förälder har förhoppningsvis en god relation med ditt barns lärare och kan ta kontakt genom dem.

Polisen

Polisen tar emot anmälan och utreder brott. På polisens hemsida hittar du mer information och kontaktuppgifter till närmaste polismyndighet.

Läs mer på www.polisen.se

Om "Värdefullt"

SISU Idrottsutbildarna arbetar bland annat med värderingsfrågor inom idrotten, under begreppet Värdefullt. Där vill vi uppmuntra förbund och idrottsföreningar runt om i landet att prata om och fundera på vad som är viktigt och värdefullt inom barn- och ungdomsidrotten. Vad ni vill stå för och vilka värden ni vill förknippas med. På Värdefullts webbplats www.sisuidrottsutbildarna.se/vardefullt hittar du material och kontaktuppgifter som kan vara till hjälp när ni samtalar kring hur ni vill ha det i just er förening.

Gör svensk idrott till världens bästa

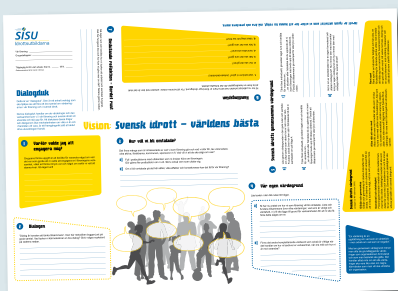
En värdegrund är de principer och värderingar som er verksamhet bygger på. Ett aktivt ställningstagande kring vad som är viktigt och värdefullt för er. Genom att jobba fram en värdegrund för föreningen får ni en gemensam syn på hur ni ska vara mot varandra och hur ni uppfattar de olika uppdragen i föreningen. Detta material kan vara en hjälp för er förening att ta fram er värdegrund. Det bygger på ett enkelt upplägg med frågor som skapar engagemang och tydlighet och riktar sig till alla i föreningen.

Världens bästa coach

"Världens bästa coach" förmedlar tips och idéer till coacher och föräldrar som vill utveckla barn och ungdomar genom idrotten och skapa förutsättningar för att unga idrottare ska bli vinnare både i idrotten och i livet.



Svensk idrott – världens bästa, dialogduk



Med hjälp av dialogduken kan ni i föreningen samtala om värderingar inom både er förening och inom svensk idrott. Hur ser er verksamhet ut? Hur vill ni att den ska se ut i framtiden? Att utifrån dialogduken diskutera dessa frågor är ett effektivt sätt att driva utvecklingen framåt.

Svensk idrott – världens bästa, diskussionskort

Diskussionskortet innehåller olika moraliska och etiska dilemman att diskutera kring. Korten är inriktade mot antingen aktiva, föräldrar, aktivitetsledare eller organisationsledare. Den behändiga kortleken kan användas i bussen på väg till tävling, kring frukostbordet eller varför inte under stretchingen efter ett träningspass.





Att prata om

- Vad innebär en trygg och säker föreningsmiljö för er?
- Hur kan ni som förening skapa en trygg föreningsmiljö för de barn och ungdomar ni har i er verksamhet?
- Hur kan ni skapa en föreningsmiljö som är fri från mobbning, trakasserier och övergrepp?

Case

1. Ni har länge varit utan tränare när ni får erbjudande om att anlita en ny tränare med ett gott rykte. Efter en tid börjar flera medlemmar misstänka att tränaren haft sexuellt umgänge med en aktiv som dessutom är minderårig.
 - o Hur säkerställer ni en trygg miljö för era barn och ungdomar?
 - o Vad har er förening för rutiner när ni ska rekrytera tränare?
 - o Vad tycker ni är en sund relation mellan era tränare/ledare och aktiva?
2. Det uppdagas att en aktiv blivit mobbad av en annan aktiv. Mobbningen har bestått av både verbala och fysiska tilltag. Tränaren får reda på detta samtidigt som ni i styrelsen.
 - o Hur kan ni i styrelsen stötta den aktive och ledaren?
 - o Har föreningen någon handlingsplan för hur ni ska agera vid en situation som denna?
 - o Vad gör ni för att förebygga mobbing och annan kränkande behandling?
3. Sociala medier har idag ett stort inflytande i vårt samhälle, fler och fler använder sig av dem, inte minst ungdomar. Att lägga ut bilder och kommentera saker är något många gör och det är inte alltid man reflekterar över konsekvenserna. Mobbning och kränkande kommentarer kan förekomma även här.
 - o Har ni och/eller era tränare/ledare något ansvar för vad era medlemmar gör på nätet?

Övning

- Tror ni att det förekommer mobbning och trakasserier inom idrotten?
- Tror ni att det förekommer mobbning och trakasserier inom friidrotten?
- Tror ni att det förekommer mobbning och trakasserier inom friidrotten i er region?
- Tror ni att det förekommer mobbning och trakasserier i någon förening ni känner till?
- Tror ni att det förekommer mobbning och trakasserier i er förening?
- Tror ni att det förekommer sexuella övergrepp inom idrotten?
- Tror ni att det förekommer sexuella övergrepp inom friidrotten?
- Tror ni att det förekommer sexuella övergrepp inom friidrotten i er region?
- Tror ni att det förekommer sexuella övergrepp i någon förening ni känner till?
- Tror ni att det förekommer sexuella övergrepp i er förening?

Resultatet av denna typen av övning brukar oftast vara att ju närmare dig själv det kommer, desto mindre tror man att förekomsten är, det sker successivt en förskjutning. De flesta verkar tycka att problemet är större någon annanstans och då blir det ofta legitimt att nonchalera det.

Niklas Långström, professor i psykiatrisk epidemiologi på Karolinska Institutet säger när det gäller sexuella övergrepp så här: "Först när vi inser att 'vanliga, hyggliga och älskade personer' begår sådana här brott kan vi göra något åt situationen."

Exemplet Hammarby



Hammarby IF Friidrott tog våren 2011 fram en policy för att skydda barn och ungdomar i föreningens verksamhet och ge dem möjlighet att idrotta och utvecklas i en trygg social miljö – och för att utbilda vuxna i föreningen att vara uppmärksamma på tidiga tecken på mobbning och övergrepp.

Policyn består av följande delar och kan användas även i din förening:

Definitioner av mobbning och övergrepp

- Mobbning är kränkande särbehandling där en eller flera personer utsätts för systematiska trakasserier inom en social grupp.
- Övergrepp är kränkande handlingar som görs mot någon, mot den utsatta personens vilja.

Utformningen av ledarskapet i Hammarby IF Friidrotts barn- och ungdomsverksamhet

- I alla grupper ansvarar ett team som består av två eller fler ledare tillsammans för träningsverksamheten.
- Ledarteamet ansvarar för att skapa en miljö där barn och ungdomar känner förtroende för sina ledare och vågar berätta om problem och obehagliga händelser.

Åtgärder för utbildning av ledare och information till föräldrar

- Alla ledare i föreningens barn- och ungdomsverksamhet introduceras i klubbens värdegrund och syn på den enskilde individen.

Handlingsplan vid misstanke om mobbning och övergrepp

- Viktigt att ta barns och ungdomars berättelser och signaler på allvar så att mobbing och övergrepp kan upptäckas tidigt.

Åtgärder när mobbning eller övergrepp konstaterats

- Föreningens styrelse utser en representant från klubben som leder arbetet med att utreda det som inträffat.
- Klubbrepresentantens primära uppgift är att se till att det utsatta barnet får det stöd som behövs.
- Vuxna med ledaruppgifter har fått ett förtroendeuppdrag som kan dras in vid missbruk.
- Bedöms händelsen vara av brottslig karaktär görs en polisanmälan.



Vad händer nu?

Svensk Friidrott kommer under 2012 att fortsätta att arbeta proaktivt med att hela verksamheten skall ha ett tydligt fokus på att värdegrundsfrågor är centrala för en bra friidrottsmiljö.

- Under våren 2012 kommer Svensk Friidrott att ytterligare fördjupa sitt samarbete med SISU Idrottsutbildarna i specifika utbildningsinsatser (så som konceptet Värdefullt). Det nya utbildningsmaterialet ska naturligt kunna integreras i befintliga utbildningar.
- Svensk Friidrott har tagit initiativet till en vetenskaplig studie om förekomsten av sexuella övergrepp inom verksamheten. Detta för att få en nulägesanalys så väl som för att kunna rikta specifika stödinsatser där ev. behov föreligger. Studien, som genomförs av Linköpings universitet, beräknas vara färdigställd under hösten 2012.
- Ett material, som kan användas i föreningarna i de fall då händelser som inte stämmer överens med värdegrunden inträffar, kommer att tas fram under 2012. Materialet skall vara tydligt och ge konkret vägledning över hur föreningsledare, förälder, aktiv, personal eller styrelse bör agera, samt vilka stödfunktioner som kan engageras.
- Självklart verkar samtliga inom friidrottssverige för att uppmåna aktiva, ledare och föräldrar att omedelbart ta kontakt med föreningens styrelse i frågor som rör verksamheten och värdegrund.
- På Svensk Friidrotts kansli kommer det 2012 att finnas en tjänsteman som ansvarar för stödet till föreningarna i värdegrundsfrågor. Personen ska kunna vara stöd både i det proaktiva och akuta arbetet med värdegrundsfrågor.
- Svensk Friidrott kommer att följa upp och vidareutveckla detta arbete vid förbundsårsmötet och distriktsordförandekonferensen 2012.



Kontakter

För att få veta mer om hur ni kan arbeta med Värdefullt och vilket stöd SISU Idrottsutbildarna kan vara i detta arbete ta kontakt med den SISU-konsulent i ditt distrikt som är friidrottsansvarig.

Kontaktpersoner för friidrott i SISU-distrikten

Blekinge	Per-Henrik Linderson	per-henrik.linderson@sisuidrottsutbildarna.se	0768-82 08 55
Dalarna	Catharina Jonsson	catharina.jonsson@dalaidrotten.se	023-454 87
Gotland	Gunnel Österberg	gunnel.osterberg@gotsport.se	0498-20 70 59
Gästrikland	Hans Bergman	hans.bergman@sisu.gastidr.se	026-65 72 54
Halland	Maria Hamnemo	maria.hamnemo@sisuidrottsutbildarna.se	0340-67 99 02
Hälsingland	Härje Lindgren	harje.lindgren@hidrott.se	010-476 48 68
Jämtland/H-dalen	Peter Andersson	peter.andersson@hidrott.rf.se	010-476 42 25
Norrbottn	Jakob Boudin	jakob.boudin@sisuidrottsutbildarna.se	070-68 68 366
Skåne	Maria Nilsson	maria.nilsson@skaneidrotten.se	040-600 59 77
Småland	Mikael Fagerström	mikael.fagerstrom@smalandsidrotten.se	036-34 54 28
Stockholm	Marie Hedlund	marie.hedlund@stockholmsidrotten.se	08-627 46 21
Södermanland	Robert Persson	robert.persson@sormland.rf.se	010-476 42 55
Uppland	Angelica Källström	angelica.kallstrom@uppland.rf.se	018-27 70 05
Värmland	Anna Bengtsson	anna.bengtsson@sisuidrottsutbildarna.se	010-476 47 23
Väst	Annika Jedemark	annika.jedemark@vsif.se	031-726 60 34
Västerbotten	Emma Pantze	emma.pantze@vbidrott.rf.se	0910-892 65
Västergötland	Kenneth Tidebrink	kenneth@sisu.o.se	010-476 41 16
Västernorrland	Per Jutterström	per.jutterstrom@vbidrott.rf.se	010-476 48 74
Västmanland	Anna Smedberg	anna.smedberg@sisu.vstm.rf.se	010-476 48 12
Örebro	Jeanette Andersson	jeanette.andersson@sisuorebro.t.se	019-17 55 02
Östergötland	Clas Pantzar	clas@sisu.nu	013-20 33 30



Heliosgatan 3, 120 30 STOCKHOLM

Denna sammanställning är framtagen i samarbetet med SISU Idrottsutbildarna i dec 2011-feb 2012.

Foto: Ryno Quantz (sid 9,10)

Grafisk formgivning: www.2shore.se