



## Hur man kan ingripa i sexuella trakasserier mellan unga i idrottsförbund

### *Instruktioner till tränaren*

#### 1. **Ingrip**

- a. Om du bevittnar sexuella trakasserier, ingrip genast och berätta att sexuella trakasserier inte tolereras. "Det där är inte roligt. Här accepterar vi inte sexuella trakasserier." "Hej, här kallar vi inte någon för hora eller homo. Förstår du varför det är fel?"
- b. Berätta att fritidsaktiviteter borde vara en sådan plats, där alla får ha det bra. Kommentarer om sexualitet kan såra både personen de riktas till och även andra deltagare i hobbyn.

#### 2. **Lyssna och red ut**

- a. Om en idrottare berättar till dig om sexuella trakasserier, är det viktigt att lyssna på hur den unga själv upplever saken och vilka känslor som väcks hos hen. Uppmärksamma den unga som upplevt sexuella trakasserier genom att ge hen tid att i lugn och ro berätta om vad som hänt.
- b. Ta sexuella trakasserier på allvar. Förminska inte sexuella trakasserier genom att kalla det ett skämt eller genom att skuldbelägga hen som utsatts för trakasserierna.
- c. Tala enskilt med alla barn eller unga som varit med. Sträva efter att så noggrant som möjligt utreda vad som hänt.
- d. Berätta till föreningens styrelse om vad som hänt och diskutera eventuella disciplinära åtgärder.
- e. Diskutera med de närvarande barnens eller ungas föräldrar. Utred om barnet eller den unga har pratat om saken där hemma eller om hen till exempel inte vill åka till träningarna.

#### 3. **Stöd förändring**

När du har tagit reda på vad som har hänt kan du sträva efter att förhindra att sexuella trakasserier fortsätter eller återkommer. Tacka personerna som tagit de sexuella trakasserierna till tals.



- a. Stöd hen som blivit utsatt för sexuella trakasserier.
  - Lyssna på hen som blivit utsatt för sexuella trakasserier. Försäkra hen om att du gör allting för att hjälpa hen.
  - Berätta för hen som upplevt sexuella trakasserier att det inte är hens fel. Alla har rätt till integritet och till sina egna gränser. Sexuella trakasserier kan inte rättfärdiggöras som ett skämt eller som att flirta.
  - Fundera tillsammans, hur man kunde agera, ifall sexuella trakasserier förekommer på nytt. Den unga kan till exempel säga till trakasseraren att sluta, försöka avlägsna sig från platsen eller berätta till tränaren.
  - Fråga den unga vad du kan göra för att hen ska känna sig trygg.
  
- b. Prata med hen eller de som trakasserat.
  - Håll dig lugn. Höj inte på rösten.
  - Om det är en grupp med barn eller unga som utför trakasserier, prata med dem enskilt. Diskutera med var och en kring deras ansvar för sitt eget beteende.
  - Förklara för trakasseraren varför hens beteende är sexuella trakasserier. Berätta varför trakasserier är skadliga för den som utsätts och även för hela laget eller hobbygruppen. Påminn om att sexuella trakasserier inte är acceptabelt vid något som helst tillfälle.
  - Använd "jag-budskap". "Jag accepterar inte att lagkamrater behandlas på detta sätt." "Jag anser, att det du sa inte var roligt. Jag är förvånad, att du sa så där." "Fast du önskar dig uppmärksamhet från någon annan, är det inte okej att bete sig på ett sådant sätt som sårar andras sexuella självbestämmanderätt."
  - Diskutera tillsammans med trakasseraren om varför hen har trakasserat. Vad ville hen uppnå med sitt beteende? Om det sårande beteendet var avsett som ett skämt, samtala om andra sätt att använda humor. Om det var meningen att visa sitt intresse, berätta om skillnaderna mellan att flirta och sexuella trakasserier. Att flirta är alltid ömsesidigt. Alla har rätt till sina egna gränser.
  - Försökt att förstå orsakerna bakom de sexuella trakasserier. Det kan också vara frågan om problem i hemmet. Om du är orolig för situationen hemma, kan du ta kontakt med det egna områdets socialarbetare inom barnskyddet eller socialjouren och fråga råd.
  - Andra orsaker till sexuella trakasserier kan vara att man vill passa in i gänget, att man kopierar kompisarnas beteende, att man önskar uppmärksamhet eller att man vill känna sig bättre än hen som utsätts för trakasserier.



- Kom överens om på vilket sätt trakasseraren eller de som trakasserat ändrar på sitt beteende i fortsättningen.
- Stämpla inte barn eller unga. Att bli stämplad kan försvåra deras utveckling och korrigerande av beteendet.
- Prata med trakasserarens föräldrar om situationen, så att de kan stöda barnet eller den unga i att förändra sitt beteende.

#### 4. Följ upp och sök stöd

Kontrollera några veckor efter trakasserierna, om situationen har förändrats. Om du behöver mera stöd eller konsultationshjälp, ta kontakt med skolpsykologen, skolkuratoren eller andra professionella, som är sakkunniga inom sexuella trakasserier. Du kan också ta kontakt med ["Et ole yksin" – tjänsten](#).

#### 5. Förebygg att sexuella trakasserierna återkommer

Gå igenom de olika stegen till att förebygga sexuella trakasserier med hjälp av Et ole yksin-tjänstens anvisningar tillsammans med din grupp.

Källor:

Ei meidän koulussa. <http://www.eimeidankoulussa.fi/>

[https://www.ouka.fi/documents/64277/104164/Seksuaalinen\\_hairinta.pdf/725a79ad-78ff-49b5-8285-909bce86a5b4](https://www.ouka.fi/documents/64277/104164/Seksuaalinen_hairinta.pdf/725a79ad-78ff-49b5-8285-909bce86a5b4)

Safeguarding athletes from harassment and abuse in sport IOC Toolkit for IFs and NOCs