

Velferðaráætlun Fylkis

Stefna – Forvarnir – Viðbragðsáætlun

- Íþrótta félagið Fylkir samþykkir aldrei ofbeldi af neinu tagi. Hvorki líkamlegt né andlegt.
- Félaginu er umhugað um líðan þeirra barna sem stunda íþróttir hjá því og tekur allri vanlíðan alvarlega. Bæði líkamlegri og andlegri.
- Einelti og kynferðisleg áreitni eru birtingamyndir ofbeldis.
- Einelti er samfélagslegt vandamál og þess vegna bera allir ábyrgð á því. Allir eru skyldugir til að bregðast við ef grunur vaknar um að einhver sé lagður í einelti.
- Einelti getur haft varanleg áhrif á þolanda og því ber að bregðast við sem fyrst.
- Einnig þarf að huga að gerandanum sem getur átt í miklum vandræðum sem leiða til þessarar hegðunar. Það er okkar skylda að aðstoða hann.
- Foreldrar verða að vera vakandi fyrir líðan barnsins síns og annara barna sem í kringum þau eru. Ekkert er óviðkomandi ef einhverjum líður illa.
- Það er markmið okkar að öllum líði vel.
- Mikilvægt er að fræða iðkendur og foreldra um stefnu félagsins og þessa viðbragðsáætlun.

Birtingarmyndir eineltis

Birtingarmyndir eru fjölmargar. Hér eru nokkur dæmi um hvernig einelti getur birst í framkomu og hegðun barna:

Einelti er þegar einn aðili eða fleiri sem hann eða hún fær í lið með sér, veitist að eða níðist á öðru barni t.d. með því að segja ljót orð, hæða, niðurlægja, útiloka eða meiða á annan hátt, sálfræðilega eða líkamlega

- Uppnefningar og baktal eða hvísl um einhvern annan
- Neikvæðar sögur, frásagnir eða lygar um einhvern sem koma honum illa
- Segja öðrum að útiloka einhvern ákveðinn einstakling, tala ekki við hann, hunsa hann
- Þegar einhver er skilinn útundan, gefið í skyn að hann einn sé ekki velkominn
- Þegar gert er grín að öðrum vegna útlits eða þyngdar
- Þegar hæðst er að menningu, trú eða húðlit einhvers
- Þegar hæðst er að fötlun eða heilsuleysi einhvers
- Þegar einhver einn einstaklingur fær ekki að vera með í samverustundum, leikjum eða íþróttum
- Þegar gert er grín að einhverju og síðan þóst að verið sé að „djóka“
- Þegar neitað er að vinna með eða sitja hjá ákveðnum einstaklingi
- Þegar eigur annarra eru eyðilagðar, þeim stolið eða þær faldar
- Þegar einstaklingur er meiddur, í hann sparkað, hann sleginn, hrækt á hann eða honum hrint, klipinn, klóraður, eltur, honum haldið föstum gegn vilja hans

Rafrænt einelti

Pegar illkvittin, neikvæð, skaðleg skilaboð eru send eða komið til skila með rafrænum hætti. T.d. þegar netið, myndavél, síminn er notaður til að gera eitthvað af því sem nefnt hefur verið hér að ofan.

Kynferðisofbeldi

Kynferðislegt áreiti

- Vísar til framkomu eða hegðunar sem hefur að gera með kyn, kynbundna þætti, kynhneigð þess sem atferlið beinist að
- Í hugtakinu *áreiti* eða *áreitni* felst að framkoman er óvelkomin
- Enda þótt flestir eru sammála um hvað telst til almennra umgengnisreglna getur enginn ákveðið upplifun annarra
- Það er því ávallt huglægt mat þolanda sem er mælikvarði á hvar mörkin liggja

Dæmi um kynferðislegt áreiti

- Líkamleg snerting eða leitað eftir persónulegri nálægð umfram það sem telst venjubundið meðal fólks annarra en ástvina og fjölskyldu
- Káfa, þukla, klípa, klappa eða önnur snertisamskipti sem að öllu jafnan viðgangast ekki milli aðila sem starfa saman
- Augnatillit, svipbrigði, líkamsmál sem gefur í skyn kynferðislegar hugsanir eða tilboð um kynferðislegt samneyti

- Gláp, kynferðisleg hljóð eða hreyfingar
- Tilboð/tillögur/kröfur eða þvinganir til kynferðislegs samneytis þegar fyrir liggur að engin móttökuskilyrði eru fyrir hendi
- Tilraunir til kossa eða annarra kynferðislegra tilburða í óþokk annars aðilans
- Tilraun til nauðgunar

Rafrænar leiðir

- Þegar rafrænar leiðir eru notaðar til að áreita einstakling kynferðislega
- Klámfengin skrif eða kynferðislegar myndir sendar einstaklingi sem upplifir þær óviðeigandi og niðurlægjandi

Líkamleg og andleg vanlíðan

Hér er átt við alla líkamlega vanlíðan eins og höfuðhögg, veikindi og áverka.

Einnig um andlega vanlíðan sem er sýnileg.

Leiðbeiningar vegna höfuðhögga/heilahristings

Viðbragðsáætlun

Því fyrr sem starfsmenn/þjálfarar verða varir við eða fá vitneskju um einelti, kynferðislegt áreiti eða vanlíðan (líkamleg/andleg) því meiri líkur eru á að hægt sé að ljúka málinu, stöðva hegðunina, vinna úr neikvæðum áhrifum, afleiðingum hennar og gera viðeigandi ráðstöfun varðandi aðstoð.

- Einstaklingur sem verður fyrir einelti, kynferðislegri áreitni, líkamlegri/andlegri vanlíðan getur leitað til þjálfara hópsins, íþróttafulltrúa / yfirþjálfara, framkvæmdarstjóra Fylkis til að koma málinu í viðeigandi farveg.
- Þegar grunur vaknar um að iðkandi sé lagður í einelti, beittur öðru ofbeldi, líði illa líkamlega/andlega skal málinu vísað til þjálfara hópsins, íþróttafulltrúa / yfirþjálfara og framkvæmdarstjóra félagsins. Það er hægt að gera með símtali eða með því að senda tölvupóst. Einnig er hægt að hafa samband við stjórnarmann innan félagsins.
- Félagið skipar ábyrgðarmann málsins sem getur verið starfsmaður eða sjálfboðaliði. Í einhverjum tilfellum skal fá a.m.k. tvo aðila innan félagsins með viðkomandi sem hann getur leitað til.
- Aðilar þessir skulu kynna sér málið betur með því að ræða við þá sem tengjast viðkomandi einstakling. Það getur verið þjálfarar, kennarar og forráðamenn.

- Ef um einelti er að ræða skal vinna málið í samvinnu við umsjónarkennara og skólastjórnendur. Einnig skal ræða við aðra sem gætu tengst málinu.
- Ef verið er að vinna í málinu innan skólakerfisins skal óska eftir því íþróttafélagið fái að fylgjast með.
- Fulltrúi félagsins skal gera forráðamönnum málsaðila grein fyrir stöðunni og óska eftir liðsinni þeirra. Þetta á eingöngu við um börn yngri en 18 ára.
- Sé um líkamlega vanlíðan að ræða skal koma viðkomandi fljótt undir læknishendur sé ástæða til og skal það gert í samráði við forráðamenn.
- Sé um andlega vanlíðan skal koma þeim upplýsingum strax til forráðamanna.
- Vinna skal í samvinnu við alla aðila að framkvæmdaráætlun sem miðar að því að eineltið hætti. Þetta er gert með hugsanlegri utanaðkomandi aðstoðar, s.s. sálfræðings, fulltrúa regnbogabarna og annara aðila.
- Ávallt skulu a.m.k. tveir aðilar ræða við foreldra meints geranda og þolanda. Foreldrum er boðið að vera viðstöddum þegar rætt er við barn þeirra um málið.
- Hafi tilkynningin/kvörtunin átt við rök að styðjast og gerandi (gerendur) axlar ábyrgð er ekki óalgengt að málinu ljúki á þessu stigi:

-Gerandi sýnir iðrun enda hafi e.t.v. ekki verið um ásetning að ræða

-Gerandi lofar að láta af eineltishegðuninni

-Gerandi biður afsökunar

Hér skiptir máli:

-Hvort náðst hafi að grípa inn í málið fljótt og markvisst

-Að vinnslan hafi verið óhlutdræg og fagleg

-Hvernig eftirfylgni er háttáð

- **Sé málið flóknari en svo að ekki fæst lausn á því á þessu stigi með tilheyrandi eftirfylgd gæti þurft að:**

-Ræða áfram við aðila

-Ræða frekar við vitni, fylgismenn, foreldra aðila séu þeir - undir 18 ára, eða aðra

-Auka eftirfylgd og vitundarvakningu á staðnum

-Kanna líðan þolanda oft

-Ræða tíðar við geranda

-Fá utanaðkomandi leiðbeiningar, ráðgjöf

- **Málalok ákvarðast þegar tilkynnandi staðfestir og fyrir liggur samhljómur um að gripið hafi verið til allra mögulegra leiða til að uppræta eineltið og leysa málið á eins viðunandi hátt og unnt er miðað við aðstæður.**
- **Aðilar máls upplýstir um að málið verði tekið upp að nýju hefjist eineltið/áreitnið aftur.**

Eftirfylgdin er fólgin í að:

-Kanna og fylgjast með líðan þolanda

-Ræða við reglulega við geranda

-Fylgjast með líðan annarra á staðnum

-Veita hópnum stuðning

-Bjóða upp á einstaklingsviðtöl

-Ánægju/líðankannanir

- **Lögreglumál**

Stundum verður kvörtun um kynferðislega áreitni að lögreglumáli. Þetta á við ef mál er kært til lögreglu. Þetta á undantekningarlaust við ef meintur þolandi er undir 18 ára aldri og meintur gerandi er fullorðinn einstaklingur. Séu aðilar báðir undir lögaldri skal rætt við foreldra og máli vísað til barnaverndaryfirvalda með það fyrir augum að rannsaka það frekar í Barnahúsi. Aðeins barnaverndaryfirvöld geta vísað máli til Barnahúss. Leita skal alltaf til lögreglu þegar um gróft ofbeldi er að ræða. Einnig ef gerandi ógnar öðrum með því að nota t.d. hníf og aðra hluti sem geta leitt til alvarlegra áverka.

Forvarnir

- **Standa fyrir fræðslufundum fyrir foreldra og iðkendur um samskipti og mikilvægi þess að öllum líði vel.**
- **Foreldrar skulu fræða börn sín um hvað sé eðlilegt í samskiptum og hvað sé það ekki.**
- **Ræða við börnin um að þau eigi sinn líkama og enginn má gera eitthvað við hann sem þau vilja ekki.**
- **Upplýst barn hefur aukna möguleika á að:**
 - Vita, skynja og greina hvers lags hegðun telst vera innan eðlilegra marka og hvaða hegðun er það ekki
 - Þekkja birtingarmyndir atferlis/framkomu sem er óviðgeigandi og skaðleg
 - Vita hvað á að gera ef það finnur sig í ógnandi aðstæðum þar sem hætta steðjar að
- **Dreifa stefnu félagsins og hvernig fyrstu viðbrögð eiga að vera.**
- **Stuðla að góðu sambandi milli þjálfara og foreldra.**

- **Að þjálfari ræði við iðkendur um líðan þeirra. Hér á bæði við um samræður við hópinn og einstaklinginn.**
- **Að iðkendur ákveði ásamt þjálfara þær samskiptareglur sem gilda í hópnum og hvaða hegðun er talin æskileg.**
- **Lögð er áhersla á að þjálfarinn skipuleggi félagslega atburði þar sem tilgangurinn er að bæta samskipti og líðan hópsins.**
- **Þjálfari skal forðast að láta iðkendur velja sjálf í lið á æfingum.**
- **Þjálfari skal veita öllum jafnmikla athygli og leggja mikla áherslu á þátttöku og liðsanda. Vinna markvisst í að kenna iðkendum tillitsemi og umburðarlyndi.**
- **Þjálfari eða foreldri skal fara inn í búningsklefa fyrir og eftir æfingar til að kanna hvort samskipti iðkenda sé í lagi.**

Efnið er unnið úr fyrri úgáfum félagsins um sama efni og að hluta til fengið hjá Kolbrúnu Baldursdóttur sálfræðingi.

Félagið áskilur sér rétt til breytinga og uppfærslu sé ástæða til.