

Anvisningar till ledare vid situationer med fysiskt våld inom minderårigas idrottshobbyer

Inom många idrottsgrenar är fysisk kontakt en tillåten eller till och med väsentlig del av spelet. Var gränsen går avgörs av om handlingen är förenlig med idrottsgrenens regler, står i rimlig proportion till situationen och är respektfull – eller om den riktas mot en annan person i syfte att skada, håna eller utöva makt.

Inom fritidsaktiviteter är det tränarens eller ledarens uppgift att ingripa i situationer med fysiskt våld. Det är lättare att ingripa om man i förväg känner till de överenskomna tillvägagångssätten och rutinerna.

Fysiskt våld mellan idrottsutövare kan i praktiken innebära många slags situationer – vissa kan utifrån se ut som "lek" eller "hårt fysiskt spel", men om en handling orsakar smärta, otrygghet, skaderisk eller förnedrar en annan person, är det fråga om våld. Till exempel:

- **Avsiktliga sparkar och slag:** att slå till, knuffa, sparka eller slå med armbågen under träning eller i spelets hetta, utan att det ingår i sportens regler.
- **För hårda tag:** t.ex. i brottning, ishockey eller fotboll, såsom tacklingar, ryck eller hårda grepp som är klart över det tillåtna.
- **Fysiska övergrepp efter en spelsituation:** till exempel att sparka på en spelare som har fallit eller att avsiktligt skada en motståndare utanför spelet.
- **Handlingar som börjar på skoj men som orsakar skada:** som till exempel brottning mellan kompisar eller att skämtsamma knuffar som övergår till våld (strykning, nedtryckning, slag eller vridning).

Om du upptäcker en våldsam situation, gör så här:

1. Håll dig lugn

- Endast när du själv är lugn kan du hjälpa andra att lugna ner sig.

2. Stoppa situationen

- Avbryt det våldsamma beteendet med bestämda ord:
 - *"Stopp. Släpp taget. Så får man inte göra."*
 - *"Man får inte slå/sparka/knuffas."*
- Uppmana de inblandade att hålla avstånd till varandra om känslorna hettar till.

3. Hjälp de inblandade att lugna ner sig

- Om våldet inte upphör genom att du talar till personerna, gör en situationsbedömning. Om du kan ingripa utan att äventyra din egen säkerhet, gå lugnt men bestämt emellan barnen och försök lugna ner situationen. Sträva efter att skydda dig själv, de inblandade och andra närvarande i situationen.
- Påminn om att våld strider mot föreningens regler.
 - *"I vår förening tolereras inte osakligt beteende."*
 - *"Våld eller hot om våld strider mot föreningens regler och leder till påföljder."*
- Be om förstärkning (av andra vuxna) om möjligt. Vid tävlingar kan det också finnas ordningsvakter på plats.
- Kontrollera om någon är skadad – se till att ge första hjälpen om det behövs.
- Om situationen inte lugnar ner sig, ring 112.
- Se till att skadade förs till akuten. Ofta är det bra att även små skador dokumenteras av en läkare.

4. När situationen har lugnat sig, red ut vad som hände

- Tala lugnt, utan att fördöma eller skuldbelägga någon. Det är viktigt att barnen känner att de tryggt kan delta i samtalet, utan rädsla för den vuxnas reaktioner.
- Prata med de inblandade var för sig när de har lugnat ner sig.
 - Be barnen berätta vad de kände och varför situationen eskalerade.
- Lyssna också på andra deltagare som såg situationen.
- Allas känslor är viktiga. Gå igenom känslorna för alla inblandade: vilka känslor väcktes?
 - Det finns inte rätt eller fel känslor, men det är inte tillåtet att låta känslorna leda till att man skadar andra på något sätt.

- Gör en skriftlig sammanfattning av händelserna. Här måste man ta hänsyn till lagstiftningen om informationssäkerhet. Det är viktigt att göra en sammanfattning, eftersom den kan behövas till exempel i händelse av framtida konflikter.

5. Diskutera eventuella påföljder med de inblandade

- Diskutera hur man ska gå till väga i fortsättningen om man blir irriterad och känslorna hettar till: hurdant beteende är tillåtet enligt föreningens regler?
 - Även om en fysisk våldshandling skulle ha skett på skoj eller som ett skämt är det viktigt att ingripa, eftersom man annars ger ett tyst godkännande och befäster en kultur där fysiska slag, knuffar eller liknande är accepterat beteende.
- Om händelsen leder till påföljder, informera om dem om det är möjligt. Påföljderna finns angivna i föreningen regler eller bestäms i enlighet med föreningens disciplinära förfarande. Föreningar som verkar under specialidrottsförbund har också förbundit sig till specialidrottsförbundets etiska riktlinjer.
 - Det är bra att regelbundet gå igenom föreningens regler i repetitionssyfte även i andra sammanhang än i akuta situationer.
- Gå igenom vad som kommer att hända härnäst.
 - Förklara att du kommer att kontakta de inblandades föräldrar.
 - "I den här situationen måste jag vara i kontakt med föräldrarna. Ska vi ringa dem tillsammans? "

6. Att informera de vuxna i hemmet om vad som hänt.

- Berätta öppet och lugnt för de inblandades vårdnadshavare om vad som har hänt.
- Berätta hur situationen hanterades och kom överens med de vuxna om hur ni i fortsättningen går vidare om det behövs.
- Gör vid behov en barnskydds- och brottsanmälan och informera även vårdnadshavarna om den. [Läs på THL:s webbplats om hur man gör en barnskyddsanmälan.](#)

7. Ta upp frågan på ett allmänt plan under de följande träningarna och avsluta ärendet.

- Påminn deltagarna om att våld inte är en godtagbar lösning eller ett accepterat beteende i någon situation.
- Prata med gruppen på ett allmänt plan om hur konflikter kan lösas utan våld, eftersom våld inte är en godtagbar lösning eller ett accepterat beteende i någon situation.
- Stödfrågor till diskussionen:
 - Hur kan vi göra så att alla deltagare ska känna sig trygga och välkomna?
 - Hur kan vi upprätthålla en god gruppanda och trevlig stämning på träningarna?
 - Vad kan man göra om man blir irriterad eller osams under träningen?
- Fundera tillsammans på olika alternativ för hur man kan agera annorlunda i en motsvarande situation, till exempel:
 - uttrycka sina känslor med ord (prata).
 - be en vuxen om hjälp.
 - lämna situationen en stund för att lugna ner sig.

Tips! Använd uppvärmningen som ett tillfälle att tillsammans reflektera över frågor som rör säkerhet och ansvarstagande, samt att stärka lagandan genom till exempel övningar som lyfter idrottarnas styrkor eller samtal.

8. Ta hand om dig själv.

- Be vid behov om hjälp av föreningens ledning för att reda ut situationen.
- Gå igenom händelsen enligt föreningens anvisningar.
- Vid behov får du stöd från [Befolkningsförbundets Du är inte ensam-tjänst](#)

Källor och ytterligare information

[Kehitysvammaisten Palvelusäätiö sr. 2023. Kun lapsi satuttaa – opas perheille \(PDF\)](#)

[Lapsiasianvaltuutettu. 2020. Lasten ja nuorten välistä väkivaltaa ei tunnisteta – torjuminen edellyttää toimia koko yhteiskunnalta](#)

[Mannerheimin lastensuojeluliitto. 2019. Kiusaamiseen puuttuminen ja tilanteen seuraaminen koulussa](#)

[THL. 2023 \(päivitetty\). Väkivalta ja turvataitokasvatus kodin ulkopuolisissa toimintaympäristöissä](#)

[THL. 2015. Tunne- ja turvataitoja lapsille \(PDF\)](#)

[Suomen perustuslaki \(731/1999\) 7 §. Oikeus elämään sekä henkilökohtaiseen vapauteen ja koskemattomuuteen.](#)

[Väestöliitto. 2023. Häirinnästä vapaata harrastamista! \(PDF\)](#)

[Väestöliitto. 2020. Pisarapuuttuminen kiusaamisen ja häirinnän ennaltaehkäisyyn](#)

[YK:n lapsen oikeuksien sopimus \(SopS 60/1991\). Finlex.](#)