



Forvarnarstefna ÍBH





Markviss stefna íþróttahreyfingarinnar:

- Íþróttabandalag Hafnarfjarðar (ÍBH) og aðildarfélög þess eru með einarða afstöðu gegn notkun / neyslu á tóbaki / rafrettum, áfengi og fíkniefnum í tengslum við íþróttastarf.
- Íþróttahreyfingin gerir öll íþróttamannvirki tóbakslaus / rafrettulaus í samvinnu við sveitarfélagið sem er í flestum tilvikum eigandi íþróttamannvirkja sem aðildarfélög ÍBH nota fyrir æfingar og keppni. ÍBH hvetur sveitarfélagið til að setja upp skilti í íþróttamannvirkjunum sem sýna bann á notkun tóbaks / rafretta í þeim.
- Ef íþróttaiðkendur sem eru börn verða uppvísir af fíkniefnaneyslu þá sé unnið að sameiginlegri lausn mála með forráðamönnum, sérfræðingum sveitarfélagsins og þeirri skólastofnun sem barnið sækir.





Stuðla að aukinni og almennari þátttöku í virku íþróttastarfi:

- ÍBH og aðildarfélögin vinna markvisst að því að fjölga iðkendum.
- ÍBH vinnur markvisst að því að framboð íþróttagreina í Hafnarfirði sé fjölbreytt og öflugt með stofnun nýrra íþróttadeilda eða íþróttafélaga um nýjar íþróttagreinar.
- ÍBH hvetur aðildarfélög sín til þess að hafa þjónustuframboðin fjölbreytt svo þau séu við hæfi sem flestra út frá þörfum, getu og áhuga.
- Þjálfarar / starfsmenn / foreldrafélög, eru hvött til þess að vera með markvisst félagsstarf fyrir utan reglubundnar æfingar fyrir hvern æfingahóp sem getur bæði verið í aðstöðu félagsins sem og annars staðar.





Auka þekkingu á skaðsemi tóbaks / rafretta, áfengis og fíkniefna og forvörnum innan íþróttahreyfingarinnar:

- ÍBH vekur athygli íþróttafélaga / íþróttadeilda á fræðsluefni ÍSÍ um skaðsemi tóbaks / rafretta, áfengis og fíkniefna.
- Aðildarfélög ÍBH eru hvött til þess að láta þjálfara fræða iðkendur sem þeir þjálfa um skaðleg áhrif áfengis, tóbaks / rafretta og fíkniefna á árangur í íþróttum og hvernig efnin geta skert heilbrigði iðkenda.
- ÍBH hvetur öll aðildarfélög til að fjalla um skaðsemi efnanna og forvarnir gegn þeim í útgefnu efni félaga.





Fyrirtækið Rannsóknir og greining hefur tekið saman rannsóknarniðurstöður frá árinu 1992 um reykingar, munntókbaksnotkun, áfengisneyslu og fíkniefnaneyslu o.m.fl. hjá börnum í 5. – 7. bekk annars vegar og unglungum í 8. – 10. bekk hins vegar. Hin síðari ár hafa sömu upplýsingar verið teknar saman í framhaldsskólum landsins. Niðurstöður þessara rannsókna hafa sýnt fram á minni reykingar og áfengisnotkun þessa hóps frá ári til árs og er hún orðin mjög lítil í dag. Má segja að notkun þessa hóps m.a. á áfengi hafi verið seinkað um nokkur ár sem m.a. hafa verið dýrmæt ári í þroska á taugakerfi og heila barna og unglunga. Munntókbaksnotkun og fíkniefnanotkun hefur verið breytileg milli ára, en ekki mikil. Mikil og öflug fræðsla um skaðsemi efnanna hjá mismunandi aðilum s.s. heilbrigðisyfirvöldum, skólayfirvöldum, íþróttahreyfingunni og virk þátttaka foreldra á betra utanumhaldi á börnum og unglungum m.a. með foreldrarölti á kvöldin og meiri samveru barna og forráðamanna á kvöldin og um helgar hefur skilað þessum góða forvarnarárangri heilt yfir. En markmiðið er alltaf að reyna að gera enn betur og a.m.k. að halda því við sem vel hefur verið gert.





Eineltisforvarnir ÍBH

Einelti er ofbeldi sem ekki er liðið innan íþróttafélaganna. Þetta er samfélagslegt vandamál sem getur snert okkur öll.

Nauðsynlegt er að upplýsa alla um einelti og gera þá meðvitaða um að standa á vaktinni til að uppræta það. Börnum og unglingum á að líða vel í íþróttafélögum.





HVAÐ ER EINELTI, HVERNIG FARA GERENDUR AÐ, HVAR Á EINELTIÐ SÉR STAÐ?

1). Hvað er einelti?

1.1. Einelti er endurtekið ofbeldi þar sem einn eða fleiri gerendur ráðast ítrekað á þolanda eða níðast á honum. Ofbeldið getur verið líkamlegt, andlegt, efnislegt og félagslegt.

- a. Líkamlegt einelti: Þolanda er haldið föstum, lokaður inni, hrint, hárreittur, klipinn, sparkað í hann o.fl.
- b. Andlegt einelti: Þolandi fær hótanir og neikvæð SMS boð, særandi umfjöllun á netmiðlum, er þvingaður til að gera eitthvað sem stríðir gegn réttlætiskennd sinni, er þvingaður til að eyðileggja eigur annarra, girt niður um hann o.fl.
- c. Efnislegt einelti: Eigur þolanda eru ítrekað teknar, faldar eða eyðilagðar.
- d. Félagslegt einelti: Þolanda er strítt, er skilinn útundan, gert er lítið úr honum, verður fyrir særandi athugasemdum (eftirherma, andvörp, svipbrigði) o.fl.





2. Hvernig fara gerendur að?

2.1. T.d. slá, hrinda, binda, elta, uppnefna, hæða, eyðileggja eignir, (það sem heyrir og sést).

2.2. T.d. spilla fyrir, baktala, skilja útundan, hundsa, afskiptaleysi af einelti (það sem oft heyrir ekki eða sést).

2.3. Báðar aðferðirnar valda miklum sársauka og eru ólíðandi. Drengir nota **oftar** aðferðir sem heyrast og sjást en stúlkur.



3. Hvar á eineltið sér stað?

3.1. Getur gerst hvar sem er t.d. í samskiptum, í skilaboðum (sms/msn) og á netmiðlum.

3.2. Gerist helst þegar börn og unglingar eru eftirlitslaus og hafa lítið fyrir stafni.

3.3. Í íþróttá- og æskulýðsstarfi eru búningsklefar og sturtur sérstaklega varasamir staðir.





HVERJIR ERU TEKNIR FYRIR, HVERJIR TAKA FYRIR, HVER ERU VIÐBRÖGÐ ÞOLENDA OG AFLEIÐINGAR?

4. Hverjir eru teknir fyrir?

4.1. Allir geta orðið fyrir einelti.



5. Hverjir taka fyrir?

5.1. Allir geta verið gerendur eineltis, mikilvægt er að fylgjast með birtingarmynd eineltis sbr. lið 2.

5.2. Oft er það hópur barna- og unglunga sem tekur þátt með beinum aðgerðum eða aðgerðaleysi.





6. Hver eru viðbrögð þolenda / afleiðingar?

6.1. Eftirfarandi atriði geta verið vísbending um að barn sé lagt í einelti:

- Forðast vini og önnur börn.
- Lokar sig af og hættir að sinna áhugamálum sínum.
- Líður illa en vill ekki segja hvað er að.
- Er pirrað eða stjórnlaust í skapi, rýkur upp að litlu tilefni.
- Minnkandi sjálfstraust.
- Grætur sig í svefn og fær martraðir.
- Atast í systkinum eða foreldrum.
- Líkamlegar kvartanir og kvíðaeinkenni t.d. höfuðverkir, magaverkir.





- Breyttar svefn- og matarvenjur.
- Er með marbletti og skrámur sem ekki er hægt að útskýra.
- Er hrætt við að fara á milli staða, vill láta aka sér.
- Seinkoma í og úr skóla og íþrótt- og tómstundastarfi.
- Vill ekki fara í skóla eða í íþrótt- og tómstundastarf.
- Fer óvenjulegar leiðir á milli staða.
- Er svangt þegar heim er komið.
- Fer að ganga verr í skólanum.
- Týnir hlutum t.d. fötum og bókum.
- Týnir vasapeningum af og til.





HVERJIR EIGA AÐ TAKA Á EINELTI OG HVERS VEGNA? FYRIRBYGGJANDI LEIÐIR GEGN EINELTI.

7. Hverjir eiga að taka á einelti?

7.1. Allir sem vinna með börnum og unglingum; gangaverðir, þjálfarar, kennarar, leiðbeinendur, skólaliðar, baðverðir og forráðamenn.

7.2. Forsvarsmenn allra félaga og stofnana og þeir sem hafa með málefni barna og unglunga að gera bera ábyrgð á því að einelti líðist ekki.

7.3. Það er á ábyrgð okkar allra að bregðast við.





8. Hvernig á að bregðast við?

8.1. Taka einelti alvarlega og afla upplýsinga þegar mál koma upp. Tala við þolanda og styðja hann. Gera þolanda grein fyrir því að eineltið sé ekki honum að kenna.

8.2. Gera gerendum ljóst að einelti er alvarlegt ofbeldi sem getur haft varanleg áhrif. Gera þeim grein fyrir að einelti er ólíðandi og hjálpa þeim við að breyta rétt.

8.3. Vera í samstarfi og upplýsa forráðamenn. Sjá til þess að öll mál sem upp koma verði leyst.





9. Hvernig er hægt að fyrirbyggja einelti?

9.1. Einelti þrífst vegna aðgerðaleysis fjöldans. Allir þurfa því að taka meðvitaða afstöðu gegn einelti. Eflum umburðalyndi, virðingu og samkennd meðal barnanna.

9.2. Einelti á erfitt uppdráttar þar sem samræmi og samstarf einkennir starf þeirra sem vinna með börnum og unglingum. Ef ekki er tekið á málum strax er hættu á að eineltið breiðist út og fleiri og fleiri leggist á sveif með gerendunum.

9.3. Einelti á erfitt uppdráttar þar sem jákvæður agi, festa, velvilji, hrós og væntumþykja einkennir stjórnunarhætti.





Heimild: Forvarnarbæklingur um einelti (TÖKUM Á ÞVÍ ALLIR SAMAN NÚ EINN, TVEIR OG ÞRÍR).
Samvinnuverkefni Íþróttabandalags Hafnarfjarðar, Regnbogabarna og Hafnarfjarðarbæjar (2003). Guðjón Ólafsson hafði umsjón með gerð texta og heimilar að nota efni bæklingins á allan þann hátt sem getur komið í veg fyrir einelti. Endurskoðað 2010.

Samþykkt á 47. þingi ÍBH 7. maí 2011.





Viðbragðsteymi aðildarféлага ÍBH við óvæntum atburðum

Hverju íþróttafélagi er skylt að stofna viðbragðsteymi við óvæntum atburðum.

Viðbragðsteymi íþróttafélaga mynda: a). Formaður / framkvæmdastjóri íþróttafélags, b). Íþróttastjóri íþróttafélags / fulltrúar deilda í íþróttafélagi, c). Fulltrúi starfsfólks (ef við á).

Skylt er að hafa upplýsingar um viðbragðsteymi á heimasíðum íþróttafélaga, hverjir skipa viðbragðsteymið og hver sé formaður þess. Tilkynningar skulu berast til formanns viðbragðsteymis. Allar tilkynningar eru **trúnaðarmál**.

Þegar upp kemur grunur um einelti, áreitni, ofbeldi eða óvænt áföll hjá íþróttafélagi skal þegar hafa samband við formann viðbragðsteymis. Skal þá strax unnið eftir fyrirfram ákveðnu vinnuferli:





1. Tilkynning berst til íþróttafélags (formanns viðbragðsteymis).
2. Formaður viðbragðsteymis kallar það saman.
3. Tilkynning rædd í trúnaði.
4. Tilkynning er leyst innan félags og hlutaðeigendum er tilkynnt um niðurstöðu, eða tilkynningu er vísað til:
 - a). Samskiptaráðgjafa íþrótt- og æskulýðsmála.
Heimasíða www.samskiptaradgjafi.is. Hafa samband, panta tíma til ráðgjafar.
 - b). Barnaverndar.
Tilkynningar til barnaverndar fara þar í ákveðið ferli.
 - c). Lögreglu.
Tilkynningar til lögreglu fara þar í ákveðið ferli.
 - d). Hringt í neyðarlínu 112.
Í neyðartilvikum eða til ráðgjafar.



**Takk fyrir að kynna þér
forvarnarstefnu ÍBH**

