

Handlingsplan vid oro

Steg-för-steg-stöd när något känns fel i föreningen



Ett praktiskt stöd för föreningar, ledare och ansvariga när oro uppstår, en incident inträffar eller en ung person kan behöva hjälp.



Lag & Ordning

Så använder föreningen handlingsplanen

Handlingsplanen är skapad för att hjälpa vuxna i föreningen att agera lugnt, sakligt och i rätt ordning när något känns fel.

Den kan användas vid oro för en ungdom, incidenter i samband med aktivitet, konflikter, kränkningar, hot, digitala situationer, misstanke om droger eller oro kring en vuxens beteende.

Handlingsplanen hjälper föreningen att:

- bedöma om situationen är akut
- veta vem som ska kontaktas
- agera utan panik
- stötta den som är utsatt
- dokumentera sakligt
- följa upp situationen

Handlingsplanen ska inte ersätta omdöme. Den ska göra det lättare att agera när situationen känns svår.

Första bedömning: är situationen akut?

Innan föreningen följer en intern rutin behöver vuxna bedöma om situationen kräver omedelbar hjälp.

Om det finns akut fara, pågående våld, allvarliga hot eller risk för omedelbar skada ska föreningen inte vänta med att agera.

Akut fara

Ring 112 direkt vid pågående fara, våld eller akut risk för skada.

Allvarlig oro

Kontakta ansvarig i föreningen och ta extern hjälp vid behov.

Behöver följas upp

Dokumentera sakligt, prata med ansvarig och planera nästa steg.

Vid akut fara ska handlingsplanen inte fördröja hjälp. Ring 112.

Steg 1-3: stoppa, stötta, kontakta ansvarig

De första stegen handlar om att avbryta det som pågår, skydda den som kan vara utsatt och se till att rätt vuxen i föreningen får veta vad som hänt.

1

Stoppa det som pågår

Avbryt situationen om det är möjligt och tryggt. Skapa lugn och undvik att fler dras in.

2

Stötta den som är utsatt

Se till att personen inte lämnas ensam. Lyssna lugnt och undvik att skuldbelägga.

3

Kontakta ansvarig

Ta kontakt med trygghetsansvarig, ordförande eller annan utsedd person enligt föreningens rutin.

En ledare ska inte behöva bära en svår situation ensam.

Steg 4-6: samla fakta, kontakta rätt personer, ta hjälp

När den akuta delen är hanterad behöver föreningen samla saklig information och avgöra vilka som ska kontaktas.

4

Samla saklig information

Skriv ned vad som faktiskt har hänt, sagts eller observerats. Undvik rykten och tolkningar.

5

Kontakta rätt personer

Kontakta ansvarig i föreningen, vårdnadshavare eller annan relevant person beroende på situation.

6

Ta hjälp vid behov

Vid allvarlig oro ska föreningen ta hjälp av rätt aktör, exempelvis socialtjänst, polis, vård eller förbund.

Saklighet skyddar både den utsatta, den som är orolig och föreningen.

Steg 7-8: dokumentera och följ upp

En situation är inte färdig bara för att den akuta delen är över. Föreningen behöver dokumentera, följa upp och se om ytterligare stöd behövs.

7

Dokumentera kort och sakligt

Skriv datum, tid, vad som hänt, vilka som kontaktats och vilka åtgärder som gjorts.

8

Följ upp situationen

Bestäm vem som följer upp, när uppföljning ska ske och om fler åtgärder behövs.

Fyll i

Ansvarig för uppföljning: _____

Datum för uppföljning: _____

Nästa steg: _____

Det som inte följs upp riskerar att fortsätta.

Oro för en ungdom

Oro kan handla om att en ungdom förändras, drar sig undan, verkar rädd, pressad, kontrollerad, ledsen eller påverkad. Föreningen behöver inte utreda allt själv, men vuxna ska ta signaler på allvar.

Så kan föreningen agera

- notera vad som faktiskt observerats
- prata med ansvarig person i föreningen
- undvik att sprida oro till fler än nödvändigt
- prata lugnt med ungdomen om det är lämpligt
- kontakta vårdnadshavare vid behov
- ta extern hjälp vid allvarlig oro
- följ upp

Skriv vad du sett eller hört. Undvik att skriva vad du tror om personen.

Kränkningar, hot, rykten och digitala situationer

Konflikter och kränkningar kan ske på träning, i omklädningsrum, på sociala medier eller i gruppchattar. Även om något sker digitalt kan det påverka tryggheten i föreningen.

Exempel på situationer

- någon blir utfrysad eller hånad
- hot skrivs i en gruppchatt
- bilder eller rykten sprids
- någon pressas av andra
- flera ser vad som händer men ingen säger ifrån
- en konflikt följer med till träning eller aktivitet

Föreningen kan behöva agera även när delar av situationen sker utanför själva aktiviteten, om tryggheten i föreningen påverkas.

Droger, alkohol och riskbeteenden

Misstanke om droger eller alkohol ska hanteras lugnt och sakligt. Föreningen ska inte ryktessprida, förhöra eller offentligt peka ut en ungdom. Samtidigt ska vuxna inte ignorera oro.

Grundprinciper

- agera lugnt
- samla saklig information
- kontakta ansvarig person
- följ föreningens rutin
- kontakta vårdnadshavare vid behov
- ta extern hjälp vid allvarlig oro
- skapa inte offentlig skam

Föreningens roll är inte att leka polis. Föreningens roll är att skapa trygghet och ta hjälp när det behövs.

Oro kring vuxens beteende

Trygghetsarbete handlar också om vuxnas gränser. Om en ledare, tränare, förälder eller annan vuxen beter sig olämpligt behöver föreningen ha en tydlig väg för att ta emot och hantera oro.

Exempel på signaler

- olämpliga privata meddelanden
- favorisering eller särskild uppmärksamhet
- otydliga gränser vid skjutsar eller resor
- kränkande språkbruk
- fysisk närhet som känns fel
- ensamsituationer som väcker oro

Tydliga gränser skyddar både unga och vuxna. Oro kring en vuxen ska alltid kunna lyftas utan att personen som berättar skuldbeläggs.

Kontaktlista och dokumentationsstöd

Föreningen bör ha kontaktuppgifter lätt tillgängliga och en enkel struktur för dokumentation.

Kontaktlista

Trygghetsansvarig: _____

Telefon/e-post: _____

Ordförande: _____

Telefon/e-post: _____

Reservkontakt: _____

Telefon/e-post: _____

Dokumentera kort

Datum och tid: _____

Vad har hänt eller observerats? _____

Vilka har kontaktats? _____

Nästa steg: _____

Dokumentera sakligt. Dela bara information med personer som behöver känna till den.

Agera lugnt, sakligt och i rätt ordning

En handlingsplan gör det lättare för vuxna att agera när något känns svårt. Den skapar tydlighet, minskar osäkerhet och gör att föreningen kan ta ansvar utan panik.

Bedöm läget.

Stötta den utsatta.

Kontakta ansvarig.

Följ upp.

När något känns fel är det bättre att agera lugnt och tidigt än att vänta tills situationen blivit större.