



## OSTERØY IL FOTBALLGRUPPA

# HANDLINGSPLAN MOT MOBBING

### **Kvifor har me en handlingsplan mot mobbing:**

Osterøy IL skal være ein trygt stad å være. Vår målsetning er å skape verdiar og levereglar som sikrar at alle born føler seg velkommen, inkludert og gleder seg til både trening og kamp i laget vårt.

### **Kva er mobbing?**

Mobbing er definert som «*gjentatte negative handlingar frå ein eller fleire retta mot ein annan*».

Det er den som vert mobba som har rett til å definere om ein har blitt utsett for ein krenkelse, og det er dei vaksne sitt ansvar å ta den opplevinga på alvor. Ingen kan krevje at andre skal tåle å bli krenka.

At ein sjølv tåler mykje gjev ingen rett til å ignorere den urett andre vert utsett for.

### **Mobbing kan skje på mange måtar**

- Fysisk mobbing gjennom for eksempel å slå, sparke, lugge, spytte, dytte eller øydelegga eigedelar til den som blir mobba.
- Verbal mobbing gjennom å si nedlatande eller krenkande ting om en person. True, spreie usanne rykter eller bruke grove og krenkande ord.
- Psykisk mobbing gjennom for eksempel ryktespreiing, manipulering og utestenging.
- Mobbing via sosiale medier gjennom for eksempel krenkande eller trugande tekstmeldingar eller kommentarar på nettet. Ryktespreiing via nettet eller spreiiing av private eller intime bilete.

### **Dette forventar me av deg som spelar:**

- Vis respekt for medspelarar, motspelarar, dommarar, trenere og publikum.
- Vær ein god lagkamerat/lagvenninne
- Vær tolerant
- Sørg for at lagkameraten/lagvenninna har det bra
- Vær positiv
- Vis omtanke



### **Dette forventar me av deg som trenar / lagleiar:**

- Eg er her for spelarane, ikkje for meg sjølv
- Eg ser og høyrer meg sjølv «utanfrå» og spelarane «innanfrå»
- Eg vel å være positiv, for eg veit at min oppførsel – både positiv og negativ – smittar over på andre
- Eg påverkar både spelarane mine, «benken» min, dommarene, motstandarlaget og publikum gjennom positiv språkbruk og kroppsspråk
- Eg ønskjer å være eit godt førebilete for spelarane mine og ein god ambassadør for fotballen og Osterøy IL.

### **Dette forventar me av foreldre, publikum, gjester:**

- Støtt opp om klubbens arbeid – gjennom foreldremøte etc. forankra fotballens og klubbens verdisyn
- Møt fram til kamper og treningar – du er viktig både for spelarane og miljøet
- Gi oppmuntring til alle spelarane i med- og motgang – dette gir trygghet, trivsel og motivasjon for å bli i fotballfamilien lenge
- Me har alle ansvar for kampmiljøet – gi ros til begge lag for gode prestasjonar
- Respekter trenarens kampleiing – konstruktiv dialog om gjennomføring, tas med trenar og klubb i etterkant.
- Respekter dommarens avgjersler – sjølv om du av og til er ueinig!
- Det er ditt born som spelar fotball. Opptre positivt og støttande – då er du ein god medspelar, og hugs at også du skal opptre som et førebilete!

### **Haldningar:**

- OIL Fotball har nulltoleranse for mobbing, trakassering og hets.
- Me må alle ta affære dersom me opplever at nokon ikkje har det bra. Det gjeldt både born og vaksne.
- Haldningar blir ikkje til ved fine kampanjar, skriftlege kontraktar eller flotte ord frå styret eller andre.
- Det er det som skjer i kvardagen som tel: - På bana, i hallen, i garderoben, på trening, kamp og cupar.
- Mobbing er dessverre vanleg blant born. Du som er tilknytt/medlem/trenar/leiar i OIL Fotball må være bevisst på dette, slik at du er i stand til å oppdage mobbing blant born i klubben vår.

### **Når du ser eller oppdagar mobbing, eller om du berre har ein mistanke:**

Du skal **alltid** reagere. Det er avgjerande at borna ser at du som vaksenperson reagerer – hvis ikkje kommuniserer du at mobbing er akseptert.



### **Kva gjer trenaren dersom han/ho oppdagar eller har mistanke om mobbing?**

- Aldri snu deg vekk eller late som ingenting. Ta tak i mobbesituasjonen så snart du blir merksam på den.
- Snakk med den som blir plaga, for å skaffe informasjon og gi støtte. Husk at den som blir mobba, som regel underdriv mobbinga.
- Snakk med den som mobbar. Om det er fleire som mobbar; snakk med dei ein om gangen. Born som mobbar andre er ofte krenka sjølv. Dei må og verte høyrte og forstått.
- Gi klar beskjed om at mobbing er uakseptabelt og må stoppast. Følg gjerne opp med ein ny samtale etter ei stund. Involver foreldre.
- Snakk med foreldre/føresette til bornet som blir plaga.
- Snakk med foreldre/føresette til bornet som plagar.
- Mobbesituasjonar må følges opp til dei stoppar heilt.

### **Kva kan OIL fotballgruppa gjer for å førebygge mobbing, hets og trakassering?**

- Fotballgruppa har fokus på å vera gode rollemodellar.
- Foreldremøter, spelarmøter, trenar/lagleiar. Få tema mobbing inn som et fast punkt på alle møter.
- Forventningar: spelarar, trenere / lagleiarar, foreldre
- Fair Play-avtale mellom klubb og spelar
- Styret i Osterøy IL er ansvarleg for oppfølging av det haldningsskapande arbeidet.